

Perfil antropométrico e alimentar de policiais militares

Anthropometric profile and food behaviour of police officers

Amanda Benevides Barbosa¹, Ana Luiza de Rezende Ferreira Mendes¹, Geam Carles Mendes dos Santos¹, Ana Carolina Montenegro Cavalcante¹, Francisco Regis da Silva¹, Débora Sâmara Guimarães Dantas¹

ARTIGO ORIGINAL | ORIGINAL ARTICLE

RESUMO

A saúde dos Policiais Militares (PMS) é influenciada por fatores como: alimentação, saúde física e mental, meio ambiente e fatores genéticos. Assim, objetivou-se avaliar o perfil antropométrico e alimentar dos policiais militares. O trabalho foi realizado com 94 policiais de ambos os sexos. Os policiais responderam um Questionário de Avaliação Nutricional composto por dados como: idade, sexo, estado civil, horas de descanso disponíveis e atividade física, os dados antropométricos foram aferidos e posteriormente respondido o Questionário de Frequência Alimentar (QFA). Foi identificado que 17% (n=16) estavam com peso normal e 83% (n=78) com excesso de peso; 44,7% (n=42) não apresentavam risco cardiovascular, 36,2% (n=34) apresentam risco cardiovascular, e 19,1% (n=18) com risco cardiovascular aumentado. Observou-se que 73,4% (n=69) só consomem fruta uma a duas vezes por dia e 59,6% (n=56) consomem somente uma a duas colheres de verduras ou legumes por dia. Apenas 6,5% (n=6) realizam mais de cinco refeições por dia e 80,4% (n=74) relataram ingerir refrigerante. Desta forma, faz-se necessário uma mudança no estilo de vida desses policiais, com enfoque na prevenção das doenças cardiovasculares, tendo um maior investimento no trabalho de educação nutricional.

Palavras-chave: antropometria, hábito alimentar, polícia.

ABSTRACT

The health of the Military Police (SMP) is influenced by factors such as diet, physical and mental health, environmental and genetic factors. To evaluate the anthropometric profile and food behavior of the military police of the 9th Company of the 1st Battalion of the Community Police Fortaleza. The study was conducted with 94 police officers of both genders. The police answered a Nutritional Assessment Questionnaire consists of data such as age, sex, marital status, hours of rest available and physical activity, anthropometric data were measured and then answered the Food Frequency Questionnaire (FFQ). It was identified that 17% (16) presented normal weight and 83% (78) presented overweight; 44.7% (42) had no cardiovascular risk, 36.2% (34) have cardiovascular risk, and 19.1% (18) with increased cardiovascular risk. It was observed that 73.4% (69) only consume fruit once or twice a day and 59.6% (56) consumes only one to two tablespoons of vegetables or vegetables per day. Only 6.5% (6) perform more than five meals a day and 80.4% (74) reported eating refrigerant. Thus, it is necessary a change in the lifestyle of these police officers, with a focus on prevention of cardiovascular disease, try a higher investment in working nutritional education.

Keywords: anthropometry, food habits, police.

INTRODUÇÃO

A saúde dos Policiais Militares (PMS) é influenciada por fatores como: alimentação, saúde física e mental, meio ambiente e fatores genéticos. A falta de investimento por parte do estado na segurança pública e nos efetivos da PM obriga um maior policiamento ostensivo e

com isso um aumento da carga horária de trabalho e mudanças na condição de trabalho, acarretando em menos tempo para que os PMS possam cuidar da sua saúde (Junior, 2009).

A maior parte dos PMS consideram o seu trabalho insatisfatório em relação as demandas psicológicas e físicas e é considerado de alta

¹ Centro Universitário Estácio do Ceará

* Autor correspondente: Centro Universitário Estácio do Ceará. Rua Eliseu Uchoa Beco, 600, Água Fria. CEP: 60810-270, Fortaleza, CE, Brasil. E-mail: aninharez@yahoo.com.br

exigência. A morbidade é alta nesse grupo e está relacionada com as cargas excessivas de trabalho (Ferreira, Bonfim, & Augusto, 2012).

Os PMS apresentam uma forte propensão a desenvolver hipertensão, diabetes, hipertrigliceridemia, hiperinsulinemia e doenças ateroscleróticas, isso devido ao sedentarismo, má alimentação, levando a um ganho de peso e acúmulo de gordura visceral, também existindo a predisposição à aquisição de estresse, irritabilidade e insônia, tudo estando relacionado com seu estilo de trabalho (Gonçalves, Veiga, & Rodrigues, 2012).

As Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) são doenças multifatoriais que se desenvolvem no decorrer da vida e são de longa duração, como as doenças cardiovasculares, diabetes, câncer e doenças respiratórias (Brasil, 2014a).

No Brasil, as DCNT corresponderam a 72% das causas de mortes em 2014 (Brasil, 2014b). A incidência de DCNT está cada vez maior. Os fatores de risco para as DCNT são a falta de atividade física, alimentação inadequada, hipertensão arterial, hipercolesterolemia, uso abusivo de álcool e tabaco, alto consumo de alimentos gordurosos e consumo excessivo de refrigerantes, contribuindo para o aumento de excesso de peso e obesidade, que são um dos fatores de riscos metabólicos (Brasil, 2011).

A urbanização e a diminuição de pessoas nas áreas rurais, fizeram com que houvesse um aumento de supermercados, proporcionando assim, um acesso rápido a alimentos gordurosos, açucarados, processados e ultra-processados (Moratoya, Carvalhaes, Wander, & Almeida, 2013). Os hábitos alimentares sofrem influências também de fatores como idade, sexo, estado civil, nível ocupacional, horas de sono, consumo de bebidas alcoólicas, tabagismo, significado cultural, tendo estes bastante influência na composição corporal, perímetro da cintura e na saúde como geral (Silva, Assis, & Silva, 2014).

A ausência de atividade física aliada a uma má alimentação, decorrente da falta de tempo, ou até mesmo a carência de conhecimento das pessoas, são alguns dos fatores que levam a obesidade atingir mais da metade da população

Brasileira, de acordo com estudos do Ministério da Saúde (MS) de 2013 (Brasil, 2014). Uma boa alimentação e saúde na vida de um policial é primordial para a realização de seu ofício, sem trazer danos para si. Portanto, objetivou-se com o presente estudo avaliar o perfil antropométrico e alimentar dos policiais militares da 9ª companhia do 1º batalhão da polícia comunitária de Fortaleza, Ceará.

MÉTODO

Tratou-se de um estudo transversal, do tipo descritivo e analítico, realizado em Fortaleza na 9ª companhia do 1º Batalhão da Polícia Comunitária (BPCOM), no período de abril a junho de 2016. A amostra foi determinada pelo cálculo de amostra para população finita (Stevenson, 2001). Foi possível estimar um número de 94 policiais de ambos os sexos, de 20 a 49 anos, tendo 90% critério de confiança e 10% de margem de erro.

Os critérios de inclusão foram policiais ativos da 9ª companhia do 1º BPCOM que fazem patrulhamento em viaturas ou a pé, com escala de 12 por 24 horas e 12 por 48 horas, no total de 12 horas de trabalho, que quiseram participar, nos horários das rendições, depois que assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Foram excluídos da pesquisa os funcionários da parte administrativa, fiscais de policiamento, guarda do quartel, reserva de armamentos, policiais do Programa Educacional de Resistência às Drogas (PROERD), os indisponíveis por férias, afastados com licença por algum problema de saúde, e os que estão esperando o desligamento.

Durante a coleta de dados os policiais responderam um Questionário de Anamnese Nutricional composto por dados como: idade, sexo, estado civil, horas de descanso disponíveis e atividade física, os dados antropométricos (peso, altura, Circunferência Abdominal - CA) foram aferido e posteriormente respondido o Questionário de Frequência Alimentar (QFA). Por conta do pouco tempo que foi disponibilizado para a coleta, o Índice de Massa Corporal (IMC) e a CA são os métodos preferíveis por serem práticos.

Na aferição do peso, foi utilizada uma balança digital da marca *Mallory*®, com capacidade de 150 kg. Para a medida da altura, foi utilizado uma fita métrica de 150 cm inelástica aderida em parede plana, sem rodapés, a 50 cm do chão, da marca *Sanny*®. Essas medidas foram realizadas conforme a autora Kamimura, Baxmann, Ramos, & Cuppari (2014).

O IMC foi avaliado pela razão entre peso em quilos e altura em metros ao quadrado (kg/m^2) (Brasil, 2015) e classificado de acordo com a OMS como eutróficos de 18,5 – 24,99 kg/m^2 e $\geq 25\text{kg/m}^2$ excesso de peso (Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica, 2010). A CA foi medida com uma fita métrica inelástica da marca *Sanny*® de 150 cm e classificada de acordo com o *World Health Organization* (2000).

O QFA utilizado foi adaptado de Pomini, Ana, & Souza (2009) composto por 14 perguntas objetivas referentes ao consumo de alimentos e em seguida comparou-as com as recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira.

Os resultados das análises foram disponibilizados em formas de tabelas. A análise estatística foi realizada por meio do programa SPSS (*Software Statistical Package for the Social Sciences*), versão 20.0. Na análise univariada, utilizou-se de distribuição de frequência nas variáveis qualitativas, e nas variáveis quantitativas utilizou-se medida de tendência central e variabilidade. Já nas análises bivariadas, comparação de proporção, utilizou-se o teste do Qui-quadrado com nível de significância para $p < 0,05$.

Este estudo seguiu todos os preceitos éticos determinados na Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde, e foi submetida a Plataforma Brasil, tendo como protocolo de aprovação (nº 1.471.472). Todos assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) para a participação na pesquisa.

RESULTADOS

A idade média dos policiais foi de 32,85 $\pm 6,79$ anos, sendo 98,9% ($n=93$) do gênero masculino cuja suas horas de descanso ficou com uma média de 8,51 $\pm 1,73$. Quanto atividade física, 69,6% ($n=64$) praticam e 30,4% ($n=28$) não praticam nenhuma atividade física. Dois policiais não responderam a esta pergunta.

O estado nutricional segundo o Índice de Massa Corporal (IMC) identificou que 17% ($n=16$) estavam eutróficos e 83% ($n=78$) com excesso de peso. Ao avaliar o risco de Doenças Cardiovasculares (DCV) pela Circunferência Abdominal (CA), foi observado que 44,7% ($n=42$) estavam sem risco, porém, 36,2% ($n=34$) apresentavam risco cardiovascular e 19,1% ($n=18$) com risco aumentado.

Quando se relacionou a prática de exercício físico com o IMC percebeu-se que 82,1% ($n=23$) dos sedentários estavam com excesso de peso e apenas 17,9% ($n=5$) estavam eutróficos. Observou-se também que dentre os praticantes de atividade física, 82,8% ($n=53$) apresentavam excesso de peso, isso se deve ao fato de que o IMC não permite discriminar se o excesso de peso está ligado ao excesso de tecido gorduroso ou à hipertrofia muscular (Tabela 1).

Tabela 1

Indicadores antropométricos (Índice de Massa Corporal (IMC) e risco cardiovascular) de policiais militares

IMC	N	%
Eutrofia	16	17,0
Excesso de peso	78	83,0
Total	94	100,0
C.A.		
Sem risco cardiovascular	42	44,7
Com risco cardiovascular	34	36,2
Com risco aumentado cardiovascular	18	19,1
Total	94	100,0

Tabela 2

Relação da prática de exercício físico com os indicadores antropométricos (IMC e CA) de policiais

ATIVIDADE FÍSICA	IMC			Total	P- Valor
	Eutrofia	Excesso de peso			
Sim	11 (17,2%)	53 (82,8%)		64 (100%)	0,938
Não	5 (17,9%)	23 (82,1%)		28 (100%)	
Total	16 (35,1%)	76 (164,9%)		92 (100%)	
ATIVIDADE FÍSICA	*CA			Total	P- Valor
	Sem risco cardiovascular	Com risco cardiovascular	Risco aumentado		
Sim	34 (53,1%)	23 (35,9%)	7 (10,9%)	64 (100%)	0,005
Não	8 (28,6%)	9 (32,1%)	11 (39,3%)	28 (100%)	
Total	42 (81,7%)	32 (68%)	18 (50,2%)	92 (100%)	

* realizado teste qui-quadrado com significância com $p < 0,005$

Na tabela 3 encontra-se a frequência de consumo diário de alguns alimentos, que os policiais costumavam fazer. Foi observado que 73,4% (n=69) só consumia frutas uma a duas vezes por dia e 59,6% (n=56) consumia de 1 a 2 colheres de verduras ou legumes por dia. Quando se perguntou quantos pedaços de carne vermelha é consumida por dia 78,9% (n=71) disseram consumir de um a dois pedaços, quatro não responderam a esta pergunta. Em relação ao arroz e macarrão 54,4% (n=49) consumia de 1 a 5 colheres de sopa, mas 44,5% (n=40) consumia 6 ou mais colheres, quatro não responderam a esta pergunta.

Em relação ao consumo semanal, quando se perguntou quantas vezes na semana eles consumiam feijão, lentilha, grão ou grão de bico, 54,9% (n=50) disseram consumir todos os dias, mas três não responderam, 58,6% (n=51) consomem carne de porco de 1 à 2 vezes, faltando sete respostas, 75% (n=66) consome peixe de 1 à 2 vezes, com falta de seis respostas, a linguiça 59,8% (n=52) também de 1 à 2 vezes na semana, sete não responderam.

A frequência de leite e derivados ficou 59,6% (n=56), e ovo 53,2% (n=50) de 3 à 7 vezes na semana. O hambúrguer, 57,5% (n=54) não consome, porém 34% (n=32) consome pelo menos 1 à 2 vezes na semana, a batata frita ficou com consumo de 48,9% (n=45) de 1 à 2 vezes na semana, com falta de duas respostas, o biscoito recheado a maioria 55,3% (n=52) não consome, o salgado assado 44,1% (n=41) consome de 1 à 2 vezes na semana, com falta de uma resposta, o salgado frito a maioria diz não

consumir 46,8% (n=44) porém 39,4% (n=37) consome pelo menos de 1 à 2 vezes na semana também, assim como a pizza 63,8% (n=60).

A frequência semanal de outros tipos de massa 70,8% (n=63) disseram consumir de 1 à 2 vezes na semana, cinco não responderam. O açúcar 54,2% (n=51) consome de 3 à 7 vezes, chocolate 53,2% (n=50) de 1 à 2 vezes na semana assim como o sorvete 58,5% (n=55). Outros tipos de doces ficaram com consumo de 63,4 (n=59) de 1 à 2 vezes na semana, um não respondeu, e do refrigerante 47,3% (n=35) consome pelo menos 1 vez na semana e 32,4 (n=24) de 2 à 3 vezes, vinte não responderam.

Em se tratando das práticas alimentares dos policiais. Quando se investigou se eles retiram a gordura aparente da carne 54,4% (n=49) diz que não e quatro não responderam. Em relação a pele do frango, 64,4% (n=58) retira a pele antes de comer, mas quatro não responderam. Quando se perguntou qual o tipo de gordura que é mais utilizada em sua casa 58,7% (n=47) diz utilizar o óleo vegetal, porém quatorze não responderam.

Quando se perguntou se eles costumam colocar mais sal na comida que está no prato, a grande maioria 86,8% (n=79) disse que não coloca, faltando apenas três respostas. Em relação ao número de refeições por dia, 66,3% (n=61) faz de 4 a 5 refeições e 27,2% (n=25) faz apenas de 2 a 3, a maioria 89,1% (n=82) opta por suco de fruta quando tem opção de escolha, mas quando se pergunta da ingesta de refrigerante, 80,4% (n=74) disse consumir. Dois não responderam os últimos itens.

Tabela 3

Frequência de consumo diário de alimentos por policiais militares

	N	%
CONSUMO DE FRUTAS		
Nenhuma	14	14,9
1 a 2	69	73,4
3 ou mais	11	11,7
Total	94	100,0
COLHERES DE SOPA DE VERDURAS OU LEGUMES		
Nenhuma	14	14,9
1 a 2 colheres de sopa.	56	59,6
3 a 7 ou mais colheres de sopa	24	25,5
Total	94	100,0
PEDAÇOS DE CARNE VERMELHA		
Nenhum	1	1,1
1 a 2 pedaços	71	78,9
3 ou mais	18	20,0
Total	90	100,0
COLHERES DE SOPA DE ARROZ E MACARRÃO POR DIA		
Nenhuma	1	1,1
1 a 5 colheres de sopa	49	54,4
6 ou mais colheres de sopa	40	44,5
Total	90	100,0

DISCUSSÃO CONCLUSÕES

O presente estudo teve por objetivo avaliar o perfil antropométrico e alimentar dos policiais militares da 9ª companhia do 1º batalhão da polícia comunitária de Fortaleza, Ceará, e o mesmo mostrou segundo o IMC, 17% (n=16) dos policiais estão eutróficos e 83% (n=78) com excesso de peso. De acordo com um estudo realizado com os Policiais Militares que atuam na Área da 2ª CIA do 10º Batalhão nos municípios de Miguel Pereira e Paty do Alferes, 70% encontrava-se com sobrepeso e obesidade (IMC acima de 25 e abaixo 39.9); e 30% encontram-se eutróficos (IMC entre 18.5 e 24.9), observando então um percentual maior dos policiais com excesso de peso no presente trabalho (Gonçalves, Veiga, & Rodrigues, 2012).

Um estudo feito com policiais militares do RS pertencentes ao 35º BPM, a análise do IMC demonstrou que 54,1% da amostra total encontravam-se na faixa de sobrepeso, sendo mais prevalente nos homens. No mesmo estudo quanto à obesidade abdominal, 85,6% dos homens não apresentavam excesso de gordura na região abdominal, porém 42,9% da amostra feminina apresentava (Barbosa & Silva, 2013). No presente estudo foi observado que 44,7% (n=42) estão sem risco, porém, 36,2% (n=34) estão com risco cardiovascular e 19,1% (n=18) com risco aumentado.

Uma pesquisa feita com 1.108 policiais militares e civis do Rio de Janeiro em 18 unidades, constatou-se que 67,8% estavam com excesso de peso; e 26,1% dos policiais militares já haviam sido alertados por médicos sobre associação entre níveis elevados de colesterol, associado a elevados níveis de massa corporal, sedentarismo, ingesta hipercalórica, hiperlipídica e estresse vivido no trabalho, além da prevalência de distúrbios gastrintestinais relacionada à baixa qualidade da dieta alimentar e a sintomas psicossomáticos (Minayo, Assis, & Oliveira, 2011).

Na relação da prática de atividade física com o indicador CA, 53,1% (n=34) que praticavam exercícios estavam sem risco cardiovascular, no entanto, 32,1% (n=9) dos que não praticavam estavam com risco e 39,3% (n=11) com risco aumentado (Souza, 2010). É evidente que a atividade física é uma das formas de tratamento não medicamentoso da obesidade, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida da população em geral, visto que também reduz o risco de outras doenças, principalmente, as de natureza cardiovasculares (Lopes & Ferreira, 2013).

Quanto ao consumo alimentar, houve como resultados um baixo consumo de frutas e legumes, falta de cuidado nas escolhas de alimentos, optando por mais gordurosos e açucarados, baixa preferência por alimentos *in*

natura e apenas 6,5% (n=6) realizam mais de cinco refeições por dia. De acordo com o novo Guia Alimentar para a População Brasileira, os alimentos *in natura* ou minimamente processados como legumes, verduras, frutas, raízes, tubérculos, milho, arroz branco ou integral, sucos de frutas, castanha, nozes devem ser base da alimentação (Brasil, 2014).

Óleos, gorduras, sal e açúcar devem ser utilizado em pequenas quantidades pois são produtos alimentícios com alto teor de gorduras saturadas, sódio e açúcar livre e o consumo excessivo de sódio e de gorduras saturadas aumentam o risco de doenças cardiovasculares, enquanto o consumo excessivo de açúcar aumenta o risco de obesidade e de várias outras doenças crônicas. Limitar o uso de alimentos processados e evitar os ultras processados como: carne seca, toucinho, sardinha, atum enlatado, calda e frutas cristalizadas, biscoito, sorvete, bolo, pizza, hambúrguer, refrigerantes, açúcar e salsichas são também recomendações importantes do guia (Brasil, 2014).

Alimentos como salsicha, hambúrgueres e bacon aumentam o risco de câncer, segundo conclusões da OMS através de estudos feitos recentemente. A cada porção de 50 gramas de carne processada consumida diariamente, aumenta-se o risco de câncer colo retal em 18% (Organização Mundial da Saúde, 2015).

Em um estudo feito na Companhia de Guarda do município de Vitória, Espírito Santo, com todos os policiais militares que trabalhavam na companhia em exercício profissional, foi observado que os policiais com excesso de peso consumiam mais alimentos hipercalóricos ou energéticos extras, sendo os mais associados, a margarina e manteiga, que era consumida de 2 a 3 vezes por dia por 25,4% dos indivíduos (Prando, Cola, & Paixão, 2012).

É evidente a necessidade de mudanças alimentares nesse grupo de policiais e que isso é essencial para a saúde de todos. Como no estudo de Julibert, Bouzas, Abbate, Ugarriza, Bibiloni, & Tur (2017), com uma sub amostra de participantes com síndrome metabólica teve como objetivo avaliar o consumo de ácidos graxos e colesterol em adultos mais velhos e ver a importância da intervenção nutricional nessas

peessoas, tendo como resultado um alto consumo de gordura saturada e colesterol, concluindo que é importante intervir nutricionalmente para melhorar o perfil lipídico da dieta a fim de reverter o risco cardiovascular dos participantes.

CONCLUSÕES

A amostra de policiais com excesso de peso e risco cardiovascular estudado foi bastante significativa e, que de forma isolada foram relacionados à inadequação do consumo alimentar e percebeu-se que pode ter uma grande influência. Os policiais apresentaram alta inadequação do consumo de frutas e hortaliças, além de um percentual de sedentarismo considerável, apresentando fortes tendências a desenvolverem doenças crônicas que compõe a síndrome metabólica.

Desta forma, faz-se necessário uma mudança no estilo de vida desses policiais, com enfoque na prevenção das doenças cardiovasculares, tendo um maior investimento no trabalho de educação nutricional por meio de um profissional nutricionista e estímulos por parte do governo ou até mesmo da instituição, que despertem nesse profissional a busca por atividades físicas permanentes, melhorias na alimentação e do aumento da autoestima, pois esta também pode influenciar no bom desempenho do trabalho, visto que o excesso de peso está atingindo proporções epidêmicas e que possui consequências nocivas para a saúde de todos.

Agradecimentos:

Agradecemos ao Centro Universitário Estácio do Ceará, pelo total apoio na realização desta pesquisa.

Conflito de Interesses:

Nada a declarar.

Financiamento:

Nada a declarar.

REFERÊNCIAS

Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica (2010). *Atualização das*

- Diretrizes para o Tratamento Farmacológico da Obesidade e do Sobrepeso*. São Paulo: ABESO-SBEM.
- Barbosa, R. O., & Silva, E. F. (2013). Prevalência de Fatores de Risco Cardiovascular em Policiais Militares. *Revista Brasileira de Cardiologia*, 26(1), 45-53.
- Brasil (2014a). *Vigilância das Doenças Crônicas Não Transmissíveis*. Brasília: Ministério da Saúde. Disponível em: <http://portalsaude.saude.gov.br/index.php/o-ministerio/principal/leia-mais-o-ministerio/671-secretaria-svs/vigilancia-de-a-a-z/doencas-cronicas-nao-transmissiveis/14125-vigilancia-das-doencas-cronicas-nao-transmissiveis>
- Brasil (2014b). Secretaria de Vigilância em Saúde. *Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico*. Brasília: Ministério da Saúde.
- Brasil (2011). Secretaria de Vigilância em Saúde. *Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) no Brasil*. Brasília: Ministério da Saúde.
- Brasil (2014). Portal Brasil. *Obesidade atinge mais da metade da população brasileira, aponta estudo*. Brasil: Ministério da Saúde. Disponível em: <http://www.brasil.gov.br/saude/2013/08/obesidade-atinge-mais-da-metade-da-populacao-brasileira-aponta-estudo>
- Brasil (2015). Secretaria de Vigilância em Saúde. *Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico*. Brasília (DF): Ministério da Saúde.
- Brasil (2014). Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. *Guia alimentar para a população Brasileira*. Ministério da Saúde. (2ª Ed.) Brasília – DF: MS/CGDI.
- Ferreira, D. K. da S., Bonfim, C., & Augusto, L. G. da S. (2012). Condições de trabalho e morbidade referida de policiais militares, Recife-PE, Brasil. *Saúde e Sociedade*, 21(4), 989-1000. Disponível em: <https://dx.doi.org/10.1590/S0104-12902012000400016>
- Gonçalves, S. J. C., Veiga, A. J. S. & Rodrigues, L. M. S. (2012). Qualidade de vida dos Policiais Militares que atuam na área da 2ª CIA do 10º Batalhão Militar (Miguel Pereira e Paty do Alferes). *Revista Fluminense de Extensão Universitária*, 2(2), 53-76.
- Junior, J. R. (2009). *Avaliação da Composição Corporal em Policiais Militares do 22º Batalhão da Polícia Militar do Estado de Goiás* (Dissertação de Mestrado). Universidade de Brasília, Faculdade de Ciências da Saúde, Trindade, Goiânia.
- Julibert, A., Bouzas, C., Abbate, M., Ugarriza, L., Bibiloni, M. M., & Tur, J. Á. (2017). Análisis de la ingesta de ácidos grasos y colesterol en adultos con síndrome metabólico del estudio predimed-plus (NODO ILLES BALEARS - UIB): Resultados Preliminares. *Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria*, 37(supl. 1), 76.
- Lopes, J. M., & Ferreira, E. A. A. P. (2013). A atividade física no combate e na prevenção à obesidade: A busca pela melhoria da qualidade de vida. *REBES*, 3(4), 01-10.
- Kamimura, M. A., Baxmann, A. C., Ramos, L. B. & Cuppari, L. (2014). Avaliação Nutricional. In: Cuppari L. (Ed.) *Guias de Medicina Ambulatorial e Hospitalar: Nutrição Clínica no Adulto* (3ª Ed, pp. 111-120). Barueri-SP: Manole,.
- Minayo, M. C. de S., Assis, S. G. de, & Oliveira, R. V. C. de. (2011). Impacto das atividades profissionais na saúde física e mental dos policiais civis e militares do Rio de Janeiro (RJ, Brasil). *Ciência & Saúde Coletiva*, 16(4), 2199-2209. Disponível em: <https://dx.doi.org/10.1590/S1413-81232011000400019>
- Moratoya, E. E., Carvalhaes, G. C., Wander, A. E., & Almeida, L. M. M. C. (2013). Mudanças no padrão de consumo alimentar no Brasil e no mundo. *Revista de Política Agrícola*, 22(1), 72-84.
- Organização Mundial da Saúde (2015). International Agency for Research on Cancer. *Monografías de la IARC evalúan el consumo de la carne roja y de la carne procesada*. França: OMS.
- Pomini, R. Z., Ana, D. M. G. S. & Souza, M. C. C. (2009). Avaliação dos Hábitos Alimentares dos adolescentes de uma Escola da rede de Ensino da Cidade de Umuarama – PR. *Arquivos do MUDI*, 13(1/2/3), 25-33. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.4025/arqmudi.v13i1/2/3.20017>
- Prando, J., Cola, I. E. B. & Paixão, M. P. C. P. (2012). Perfil nutricional e prática de atividade física em policiais militares em vitória – ES. *Revista Saúde e Pesquisa*, 5(2), 320-330.
- Silva, M. E. N., Assis, J. N. & Silva, J. R. (2014). Perfil nutricional dos militares de uma unidade militar da cidade de Anápolis em Goiás. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*, 8(48), 354-362.
- Souza, E. B. (2010). Transição nutricional no Brasil: análise dos principais fatores. *Cadernos UniFOA*, 5(13), 49-53.
- Stevenson, W. T. (2001). *Estatística aplicada à administração*. São Paulo: Harbra.
- World Health Organization (2000). *Obesity – preventing and managing the global epidemic: tabela de classificação da circunferência abdominal*. Report of a WHO Consultation (Technical Report Series, nº. 894): Geneva.

