

Ingestão de energia e nutrientes segundo consumo de alimentos fora do lar na Região Nordeste: uma análise do Inquérito Nacional de Alimentação 2008-2009

Energy and nutrient intake according to away-from-home food consumption in the Northeast Region: an analysis of the 2008–2009 National Dietary Survey

Jessica Brito Cavalcante¹, Tyciane Maria Vieira Moreira¹, Caroline da Costa Mota¹, Carolinne Reinaldo Pontes¹, Ilana Nogueira Bezerra^{II}

RESUMO: *Introdução:* O consumo de alimentos fora do lar vem crescendo no Brasil, sendo associado a escolhas alimentares menos nutritivas. *Objetivo:* Descrever a ingestão de energia e nutrientes específicos entre consumidores e não consumidores de alimentos fora do lar, na Região Nordeste. *Métodos:* Foram analisados dados do Inquérito Nacional de Alimentação (INA), provenientes da Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF) 2008-2009, em uma amostra de 11.674 indivíduos residentes na Região Nordeste, que forneceram dois registros alimentares em dias não consecutivos, com informação sobre o local de consumo dos alimentos (dentro ou fora do lar). Alimentação fora do lar foi definida como todo alimento adquirido e consumido fora de casa. Modelos de regressão linear foram desenvolvidos para avaliar a relação entre o consumo alimentar fora do lar em um dos dois dias de registro e a ingestão de energia e nutrientes, ajustados por idade, sexo e renda per capita. *Resultados:* O consumo de alimentos fora do lar, em pelo menos um dos dois dias de registro alimentar, foi reportado por 42% dos indivíduos. Os indivíduos que consomem alimentos fora do lar apresentaram pior ingestão de nutrientes em comparação com os que não consomem alimentos fora do lar, com maior consumo de energia, açúcar livre, gordura saturada, gordura trans e menor ingestão de proteína, ferro e fibra alimentar, independente da idade, sexo e renda ($p < 0,05$). *Conclusão:* A alimentação fora do lar no Nordeste contribuiu para uma maior ingestão de energia e uma pior ingestão de nutrientes. Assim, faz-se necessária a elaboração de políticas públicas e estratégias que favoreçam a escolha de alimentos mais saudáveis quando os indivíduos optam por se alimentar fora do lar.

Palavras-chave: Hábitos alimentares. Nutrientes. Consumo de energia. Inquéritos sobre dieta. Ingestão de alimentos. Comportamento alimentar.

^IUniversidade de Fortaleza – Fortaleza (CE), Brasil.

^{II}Curso de Mestrado Acadêmico em Nutrição e Saúde (CMANS) da Universidade Estadual do Ceará – Fortaleza (CE), Brasil.

Autor correspondente: Ilana Nogueira Bezerra. Curso de Mestrado Acadêmico em Nutrição e Saúde (CMANS). Av. Dr. Silas Munguba 1700, Coordenação de Nutrição, Itaperi, CEP: 60.714-903, Fortaleza, Ceará, Brasil. E-mail: ilana.bezerra@yahoo.com.br

Conflito de interesses: nada a declarar – **Fonte de financiamento:** Fundação Cearense de Apoio ao Desenvolvimento Científico e Tecnológico. Edital Chamada 13/2013 – Processo de inscrição 2014/2015 e Edital Chamada 08/2012 – Processo de inscrição 2014/2015.

ABSTRACT: *Introduction:* Away-from-home food consumption has increased in Brazil and is associated with fewer nutritious food choices. *Objective:* To describe energy and specific nutrient intake among consumers and non-consumer of away-from-home food in the Northeast Region. *Methods:* A sample of 11,674 individuals from the National Dietary Survey data, which is part of the 2008–2009 Household Budget Survey, from the Northeast Region, was analyzed. Individuals provided two dietary records in nonconsecutive days, informing the place where foods were consumed (at-home or away-from-home). Away-from-home food was defined as foods acquired and consumed away from home. Linear regression models were developed to assess the relationship between away-from-home food consumption in one of the two-day food record and the energy and nutrient intake, adjusted for age, gender, and per capita income. *Results:* Away-from-home food consumption, in at least one of the two-day food record, was reported by 42% of individuals in the Northeast Region. Individuals who consumed food away from home in the Northeast Region presented poor nutrient intake compared to those who did not report consumption away from home, with higher intake of energy, free sugar, saturated fat, and trans fat and lower intake of protein, iron, and dietary fiber, regardless of age, gender, and income ($p < 0.05$). *Conclusion:* Away-from-home food consumption in the Northeast Region contributed to higher energy and poorer nutrient intake. Therefore, the development of public policies and strategies that favor health food choices when individuals eat away from home is necessary.

Keywords: Food habits. Nutrients. Energy consumption. Diet surveys. Eating. Feeding behavior.

INTRODUÇÃO

Os processos crescentes de urbanização, industrialização e modernização no comércio de alimentos têm proporcionado importantes modificações no estilo de vida das pessoas. Dentre essas mudanças, destaca-se o desenvolvimento de novos hábitos alimentares, como o aumento na realização de refeições fora do lar^{1,2}.

O consumo de alimentos fora do lar é um dos componentes associados à dieta que parece ter contribuição considerável para escolhas alimentares menos nutritivas e com teor calórico excessivo, com consequente influência no ganho excessivo de peso^{3,4}.

Estudo recente comparando o consumo de macronutrientes entre consumidores e não consumidores de alimentos fora do lar, nas áreas urbanas do Brasil, demonstrou maiores inadequações entre os consumidores de alimentos fora do domicílio³. Dessa forma, a alimentação fora do lar vem sendo alvo de ações de promoção da saúde e prevenção de doenças crônicas relacionadas à má alimentação, como obesidade, diabetes e hipertensão⁵.

A Região Nordeste, apesar de concentrar uma grande parte dos estados com baixos Índices de Desenvolvimento Humano (IDH) do país (www.pnud.org.br), apresenta percentual importante de consumo de alimentação fora do lar: 41% dos adolescentes, 35% dos adultos e 13% dos idosos relataram consumir alimentos fora de casa³.

Apesar do hábito de se alimentar fora do domicílio ter crescido nos últimos anos, a realização de estudos nessa temática ainda é limitada, especialmente na Região Nordeste, que já se destaca no cenário nacional com elevadas prevalências de excesso de peso em suas capitais⁶.

Em toda a Região, 42,9% do sexo masculino e 46% do sexo feminino estão com sobrepeso e 9,9% dos homens e 15,2% das mulheres encontram-se obesos⁷.

Uma vez que o consumo de alimentos fora do lar pode contribuir com a ingestão inadequada de energia e nutrientes e favorecer o desenvolvimento de doenças relacionadas à má nutrição, como a obesidade, o presente estudo tem como objetivo descrever a ingestão de energia e nutrientes específicos entre consumidores e não consumidores de alimentos fora do lar na Região Nordeste.

MÉTODOS

Trata-se de um estudo transversal, descritivo e analítico realizado com base nos dados secundários do Inquérito Nacional de Alimentação (INA), módulo de consumo alimentar individual da Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF), conduzido pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), entre maio de 2008 e maio de 2009.

A pesquisa utilizou um plano complexo de amostragem, com base em um conjunto de 12.800 setores censitários, denominado de “Amostra Mestra”, considerada em todas as pesquisas nacionais do IBGE com amostra domiciliar. A seleção da amostra ocorreu em dois estágios. No primeiro estágio, os setores censitários foram as unidades primárias de amostragem, selecionados por amostragem sistemática, com probabilidade proporcional ao número de domicílios em cada setor. As unidades secundárias de amostragem foram os domicílios, selecionados por amostragem aleatória simples. Os setores censitários passaram por estratificação geográfica e estatística com o intuito de permitir análises em diferentes domínios geográficos e socioeconômicos, incluindo as cinco grandes regiões brasileiras.

Os dados de consumo alimentar foram coletados em uma subamostra de 25% dos domicílios da POF 2008-2009, correspondendo a 13.569 domicílios, selecionados aleatoriamente a partir da amostra da pesquisa. Todos os membros com dez anos de idade ou mais desses domicílios foram selecionados para participar do inquérito alimentar ($n = 38.340$). A taxa de não resposta foi de 11%, resultando em uma amostra final de 34.003 respondentes. Para este trabalho, foram incluídos somente os indivíduos residentes na Região Nordeste do Brasil ($n = 12.615$). Grávidas e nutrízes ($n = 482$) foram excluídas da amostra, totalizando um conjunto final de 11.674 indivíduos, cada um com dois dias de registro alimentar.

Os dados de consumo alimentar foram coletados por meio de registros alimentares aplicados em dois dias não consecutivos. Os entrevistados foram orientados a registrar todos os alimentos e bebidas consumidos de forma detalhada, especificando a quantidade de todos os itens consumidos, o tipo de preparação de alimentos específicos, hora e local de consumo (dentro ou fora de casa). A classificação do consumo de alimentos fora do lar incluiu todos os alimentos e bebidas que foram adquiridos e consumidos fora de casa, sem passar pelo estoque domiciliar. Para o presente estudo, avaliaram-se os dois dias de registro alimentar, considerando consumidores de alimentos fora do lar, os indivíduos que consumiram pelo menos um item fora de casa em um dos dois dias de registro.

Questionários com dados socioeconômicos e demográficos foram aplicados aos moradores dos domicílios durante as entrevistas. As variáveis socioeconômicas e demográficas utilizadas neste estudo são: idade, sexo e renda familiar *per capita*. As medidas caseiras e porções relatadas de alimentos consumidos foram transformadas em gramas ou mililitros utilizando-se a tabela de medidas referidas para os alimentos consumidos no Brasil⁸. Em seguida, a composição nutricional foi estimada a partir da tabela de composição nutricional dos alimentos consumidos no Brasil, especialmente desenvolvida para o inquérito⁹.

Calculou-se a média dos dois dias de registro alimentar para estimar o consumo de energia, carboidratos, açúcar livre, lipídeos, gordura saturada, gordura trans, proteínas, fibras e micronutrientes específicos (sódio, cálcio, ferro e vitamina C). A análise do consumo de nutrientes (macro e micronutrientes) foi ajustada pelo consumo calórico total por meio do método da densidade de nutriente, obtida pela divisão do valor de consumo do nutriente pelo total energético consumido. Os macronutrientes, gordura saturada, gordura trans e açúcar livre foram estimados segundo o percentual de consumo de energia, os micronutrientes foram estimados em mg/1000kcal, e as fibras foram estimadas em g / 1000 kcal.

Estimou-se a frequência de consumo fora do lar por sexo e idade. A média de ingestão de energia e macro e micronutrientes foi estimada segundo o consumo de alimentos fora de casa, e modelos de regressão linear foram desenvolvidos para avaliar a relação entre consumir alimentos fora de casa em um dos dois dias de registro alimentar (sim/não) e a ingestão de energia e macro e micronutrientes. Os modelos foram inicialmente ajustados por idade e sexo e, em seguida, por idade, sexo e renda familiar *per capita*. Consideraram-se significativas as relações que apresentaram valor $p < 0,05$.

Para o cálculo das estimativas, foi utilizado o *software* SAS, versão 9.3, considerando a complexidade da amostra da POF e os fatores de expansão da pesquisa.

RESULTADOS

O consumo de alimentos fora do lar, em pelo menos um dos dois dias de registro alimentar, foi reportado por 42% dos indivíduos da região Nordeste. A média de idade foi de 35,9 anos (erro-padrão [EP] = 0,3), e 50% eram mulheres. O consumo de alimentos fora do lar foi maior na área urbana (45,3%; IC95% 43,1 – 47,5) do que na rural (33,7%; IC95% 30,1 – 37,3) e maior entre os adolescentes do que em adultos e idosos (53,2, 43,3 e 16,9%, respectivamente). Os homens reportaram consumo de alimentos fora do lar com maior frequência do que as mulheres (45,7 *versus* 38,5%, valor $p < 0,0001$). Os indivíduos que reportaram consumo de alimentos fora do lar possuíam menor média de idade e maior média de anos de estudo e de renda domiciliar per capita (Tabela 1).

Os consumidores de alimentos fora do lar apresentaram um consumo calórico total significativamente maior do que os indivíduos que não consumiram fora do lar (2.137 kcal *versus* 1.730 kcal, valor $p < 0,0001$). Quanto aos macronutrientes, os indivíduos que consumiram alimentos fora do lar apresentaram maior ingestão de gordura total, saturada e trans e açúcar livre do que os que não comem fora ($p < 0,05$) (Tabela 2). Por outro lado, a

ingestão de proteína, fibra alimentar e ferro foi significativamente inferior nos indivíduos que se alimentaram fora do lar, quando comparados aos indivíduos que não se alimentaram fora ($p < 0,05$) (Tabela 2). Essas relações permaneceram estatisticamente significativas mesmo após ajuste por idade, sexo e renda familiar *per capita* (Tabela 3).

Tabela 1. Características da população (médias e intervalos de confiança de 95%), segundo consumo de alimentos fora do lar na Região Nordeste. Inquérito Nacional de Alimentação 2008-2009.

Características	Consumo de alimentos fora do lar		Valor p
	Não	Sim	
	N = 6949 Média (IC95%)	N = 4725 Média (IC95%)	
Idade (anos)	39,9 (39,1 – 40,6)	30,4 (29,8 – 31,1)	< 0,0001
Renda domiciliar per capita (R\$)	459,3 (418,0 – 500,6)	686,4 (606,5 – 766,4)	< 0,0001
Anos de estudo	5,9 (5,5 – 6,2)	7,6 (7,1 – 8,0)	0,0003

Tabela 2. Consumo de energia, de macro e de micronutrientes (médias e intervalos de confiança de 95%), segundo consumo de alimentos fora do lar, na Região Nordeste. Inquérito Nacional de Alimentação 2008-2009.

Nutrientes	Consumo de alimentos fora do lar	
	Não	Sim
	N = 7870 Média (IC95%)	N = 3804 Média (IC95%)
Energia total (kcal)	1.730,3 (1.695,0 – 1.765,7)	2.137,2* (2.088,7 – 2.185,6)
Carboidrato (% de energia)	56,4 (56,0 – 56,7)	55,9 (55,5 – 56,3)
Açúcar livre (% de energia)	17,1 (16,6 – 17,6)	20,1* (19,6 – 20,7)
Proteína (% de energia)	17,6 (17,3 – 17,8)	17,0* (16,8 – 17,2)
Gordura (% de energia)	25,8 (25,5 – 26,0)	26,3* (26,0 – 26,5)
Gordura saturada (% de energia)	8,7 (8,6 – 8,8)	9,0* (8,8 – 9,1)
Gordura <i>trans</i> (% de energia)	0,9 (0,85 – 0,94)	1,0* (0,95 – 1,07)
Fibra (g / 1.000 kcal)	11,5 (11,2 – 11,8)	10,1* (9,9 – 10,4)
Sódio (mg / 1.000 kcal)	854,8 (820,5 – 889,1)	839,1 (811,4 – 866,8)
Cálcio (mg / 1.000 kcal)	256,6 (249,3 – 264,0)	246,0 (239,1 – 253,0)
Ferro (mg / 1.000 kcal)	5,9 (5,7 – 6,0)	5,6* (5,5 – 5,7)
Vitamina C (mg / 1.000 kcal)	158,9 (131,3 – 186,4)	164,9 (141,5 – 188,2)

*Valor $p < 0,05$ da diferença entre as médias.

DISCUSSÃO

Os indivíduos que consomem alimentos fora do lar apresentaram maior consumo de energia, açúcar livre, gordura saturada, gordura trans e menor ingestão de cálcio, proteína, ferro e fibra alimentar, fatos que corroboram outros trabalhos que descreveram contribuição importante da alimentação fora do lar para o consumo total de calorias, gorduras e açúcares^{3,10}.

A ingestão de alimentos com alta densidade energética tem sido associada com o crescimento da obesidade e de síndrome metabólica¹¹, sendo o aumento no tamanho das porções e a alta palatabilidade¹² dos alimentos consumidos fora do lar um importante fator contribuinte para o consumo elevado de calorias. Um estudo brasileiro analisou as características do consumo de alimentos fora do lar e constatou que os grupos de alimentos preferidos foram aqueles de maior densidade energética, como bebidas alcoólicas, salgadinhos fritos e assados, pizza, refrigerantes e sanduíches¹³. Vale salientar que a redução da densidade energética da dieta é considerada uma estratégia relevante para reduzir a prevalência de sobrepeso e obesidade na população¹¹.

O consumo aumentado de gordura total, saturada e trans entre consumidores de alimentos fora do lar pode ser explicado pela maior quantidade de gordura saturada e trans em alimentos preparados fora do domicílio, principalmente quando são alimentos fritos, como os servidos em restaurantes do tipo *fast-food*¹⁴.

O açúcar livre deve ser consumido em até 10% do valor calórico diário¹⁵, estando elevado, não somente entre os que consomem alimentos fora, como também entre os que não

Tabela 3. Coeficiente de regressão da relação entre consumo de alimentos fora do lar e ingestão de energia, macro e micronutrientes na Região Nordeste. Inquérito Nacional de Alimentação 2008-2009.

Nutrientes	Modelo 1 ^a		Modelo 2 ^b	
	β	Valor p	β	Valor p
Energia total (kcal)	342,57	< 0,0001	314,29	< 0,0001
Carboidrato (% de energia)	-0,56	0,03	-0,47	0,06
Açúcar livre (% de energia)	3,12	< 0,0001	2,73	< 0,0001
Proteína (% de energia)	-0,41	0,002	-0,39	0,004
Gordura (% de energia)	0,43	0,01	0,32	0,06
Gordura saturada (% de energia)	0,31	0,0004	0,23	0,01
Gordura trans (% de energia)	0,10	0,01	0,10	0,01
Fibra (g / 1.000 kcal)	-1,27	< 0,0001	-1,15	< 0,0001
Sódio (mg / 1.000 kcal)	-8,06	0,68	-19,4	0,31
Cálcio (mg / 1.000 kcal)	1,88	0,69	-4,57	0,33
Ferro (mg / 1.000 kcal)	-0,30	0,0006	-0,28	0,001
Vitamina C (mg / 1.000 kcal)	8,69	0,60	8,44	0,61

^aAjustado por idade e sexo; ^bAjustado por idade, sexo e renda familiar per capita.

consomem fora do lar. Sabe-se que os alimentos preparados fora de casa possuem elevado teor de açúcar¹⁰. Os refrigerantes são considerados importantes veículos para o consumo de açúcar¹⁶ e são apontados como um dos produtos mais consumidos fora de casa^{17,18}, inclusive na Região Nordeste¹⁸, o que pode contribuir para a ingestão de açúcar livre. Assim, o consumo de refrigerante é reconhecidamente prejudicial à saúde dos indivíduos, apresentando associação positiva com o excesso de peso, obesidade e diabetes^{16,19}.

Um achado relevante deste estudo foi a menor ingestão de fibras e micronutrientes entre consumidores de alimentos fora do lar. Dados semelhantes também foram reportados pela POF 2008-2009, onde constatou-se que 68% da população brasileira não atinge a recomendação diária de fibras²⁰. Essa situação tem relação direta com o consumo insatisfatório de frutas, verduras e cereais integrais e a baixa qualidade dietética apresentada pelos indivíduos²¹. A ingestão deficiente de fibras também está associada a características dos alimentos predominantemente consumidos fora do lar²⁰, os quais, além de serem pobres em fibras, dispõem de alta densidade energética e baixa qualidade nutricional, configurando, assim, uma dieta predisponente de carências nutricionais e doenças crônicas não transmissíveis²².

Essa baixa qualidade da dieta de consumidores de alimentos fora do lar na Região Nordeste não impactou o peso corporal da população. Apesar da prevalência de sobrepeso entre os indivíduos que consomem alimentos fora do lar ter sido maior nos homens adultos e mulheres idosas, essas diferenças não foram estatisticamente significantes (dados não mostrados). Estudo conduzido por Bezerra e Sichieri (2009)²³ demonstrou uma relação positiva entre o hábito de realizar as refeições fora do lar e prevalências de sobrepeso e obesidade somente entre os homens das áreas urbanas do Brasil.

O fato pelo qual a alimentação fora do lar contribui para o crescente aumento nas prevalências de excesso de peso pode estar relacionado com a qualidade nutricional da dieta. Os alimentos oferecidos nos serviços de alimentação, com quantidade elevadas de calorias, alto conteúdo de gorduras, com baixo teor em fibras, com uma variedade de alimentos palatáveis bem como o consumo elevado de refrigerantes e doces e o aumento do tamanho das porções são os prováveis mecanismos que associam a alimentação fora do lar ao ganho de peso^{10,24}.

Por outro lado, é importante considerar que o padrão alimentar dentro do domicílio também pode contribuir para o consumo inadequado de energia e nutrientes. Um estudo que avaliou a qualidade de refeições consumidas dentro e fora do lar na cidade de São Paulo revelou que a qualidade nutricional dessas refeições era similar, com exceção do almoço consumido fora do domicílio, que apresentou pior qualidade nutricional do que o consumido dentro do lar. No entanto, as autoras ressaltam que, tanto dentro quanto fora do lar, as escolhas alimentares devem ser reconsideradas, uma vez que foi observada uma baixa ingestão de alimentos marcadores de uma dieta saudável, tais como, frutas, verduras e grãos integrais e um alto consumo de gordura total e saturada²⁵.

Além disso, a disponibilidade domiciliar de alimentos, no Brasil, tem-se alterado nos últimos anos, com a substituição de alimentos tradicionais, como arroz, feijão e tubérculos, por alimentos ultraprocessados, prontos para consumo²⁶. Esses alimentos possuem características que favorecem o seu consumo excessivo, como ingestão elevada de energia, propiciada pela comercialização em grandes porções; alta palatabilidade; longa durabilidade, além de serem de fácil transporte para o consumidor, o que estimula seu consumo entre as refeições ou mesmo as substitui, associando-se, portanto, ao ganho excessivo de peso¹².

Apesar deste estudo ser pioneiro em identificar a ingestão de energia e nutrientes na Região Nordeste, comparando consumidores e não consumidores de alimentos fora do lar, os achados devem ser vistos com cautela, uma vez que o método de coleta dos dados foi por meio de registros alimentares, que podem alterar o hábito alimentar dos entrevistados²⁷. Apesar de se utilizar, no INA, o método de registro alimentar, os entrevistadores também foram treinados para realização de revisão detalhada desses registros alimentares. A revisão foi baseada no método dos múltiplos passos, que envolve perguntas de sondagem sobre alimentos frequentemente esquecidos e sobre detalhes de alimentos consumidos. Além disso, os entrevistadores foram orientados a confirmar as informações em duas situações: quando nada fora consumido entre as refeições com intervalos maiores de três horas e quando houvesse registros com apenas cinco itens consumidos em um dia. Uma vez que a avaliação do consumo de alimentos fora de casa foi baseada exclusivamente em dois dias, pode-se ter subestimado a ingestão de energia e nutrientes fora do lar, visto que possíveis consumidores de alimentos fora do lar podem não ter consumido nenhum alimento nos dias de registro. No entanto, a coleta de mais de dois dias de registro em inquéritos dietéticos com amostra representativa da população apresenta custos elevados. Muitos países também investigam o consumo de alimentos fora do lar considerando dois dias de consumo alimentar e alguns apresentam dados de somente um dia^{28,29}.

CONCLUSÃO

Os indivíduos que consomem alimentos fora do lar, na Região Nordeste do Brasil, apresentaram maior consumo de energia, gordura saturada, gordura trans e menor ingestão de proteína, ferro e fibra alimentar em comparação com os que não relataram consumo fora de casa. Assim, faz-se necessária a elaboração de políticas públicas e estratégias de educação alimentar que favoreçam a escolha de alimentos mais saudáveis quando os indivíduos optam por se alimentar fora do lar.

REFERÊNCIAS

1. Moratoya EE, Carvalhaes GC, Wander AE, Almeida LMMC. Mudanças no padrão de consumo alimentar no Brasil e no mundo. *Rev Política Agrícola* 2013; 22(1): 72-84.
2. Moreira SA. Alimentação e comensalidade: aspectos históricos e antropológicos. *Cienc Cult* 2010; 62(4): 23-6.
3. Bezerra IN, Junior EV, Pereira RA, Sichieri R. Away-from-home eating: nutritional status and dietary intake among Brazilian adults. *Public Health Nutr* 2014; 18(6): 1011-7.
4. Nago ES, Lachat CK, Dossa RA, Kolsteren PW. Association of Out-of-Home Eating with Anthropometric Changes: A Systematic Review of Prospective Studies. *Crit Rev Food Sci Nutr* 2014; 54(9): 1103-16.
5. Lachat C, Naska A, Trichopoulou A, Engeset D, Fairgrieve A, Marques HÁ, et al. Essential actions for caterers to promote healthy eating out among European consumers: results from a participatory stakeholder analysis in the HECTOR project. *Public Health Nutr* 2011; 14(2): 193-202.
6. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Secretaria de Gestão Estratégica e Participativa. *Vigitel Brasil 2013: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico*. Brasília: Ministério da Saúde; 2014. Disponível em: <http://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/upload/saude/arquivos/morbidade/Vigitel-2013.pdf> (Acessado em: 30 de julho de 2015).

7. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009: antropometria e estado nutricional de crianças, adolescentes e adultos no Brasil. Rio de Janeiro: IBGE; 2010. Disponível em: <http://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv45419.pdf> (Acessado em: 24 de julho de 2015).
8. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009: Tabela de medidas referidas para os alimentos consumidos no Brasil. Rio de Janeiro: IBGE; 2011.
9. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009: Tabela de composição nutricional para os alimentos consumidos no Brasil. Rio de Janeiro: IBGE; 2011.
10. Lachat C, Nago E, Verstraeten R, Roberfroid D, Van Camp J, Kolsteren P. Eating out of home and its association with dietary intake: a systematic review of the evidence. *Obes Rev* 2012; 13(4): 329-46.
11. Mendoza JA, Watson K, Cullen KW. Change in dietary energy density after implementation of the Texas Public School Nutrition Policy. *J Am Diet Assoc* 2010; 110(3): 434-40.
12. Moubarac JC, Martins AP, Claro RM, Levy RB, Cannon G, Monteiro CA. Consumption of ultra-processed foods and likely impact on human health. Evidence from Canada. *Public Health Nutr* 2013; 16(12): 2240-8.
13. Bezerra IN, Souza AM, Pereira RA, Sichieri R. Consumo de alimentos fora do domicílio no Brasil. *Rev Saúde Pública* 2013; 47(1): 200S-11S.
14. Larson N, Neumark-Sztainer D, Laska MN, Story M. Young adults and eating away from home: associations with dietary intake patterns and weight status differ by choice of restaurant. *J Am Diet Assoc* 2011; 111(11): 1696-703.
15. World Health Organization (WHO). Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases. Technical Report Series 916. Geneva; 2003. [Internet]. Disponível em: http://whqlibdoc.who.int/trs/who_trs_916.pdf. (Acessado em: 29 de julho de 2015).
16. Basu S, McKee M, Galea G, Stuckler D. Relationship of soft drink consumption to global overweight, obesity, and diabetes: a cross-national analysis of 75 countries. *Am J Public Health* 2013; 103(11): 2071-7.
17. Malik VS, Popkin BM, Bray GA, Després JP, Hu FB. Sugar-sweetened beverages, obesity, type 2 diabetes mellitus, and cardiovascular disease risk. *Circulation* 2010; 121(11): 1356-64.
18. Bezerra IN, de Moura Souza A, Pereira RA, Sichieri R. Contribution of foods consumed away from home to energy intake in Brazilian urban areas: the 2008-9 Nationwide Dietary Survey. *Br J Nutr* 2013; 109(7): 1276-83.
19. Gulati S, Misra A. Sugar intake, obesity, and diabetes in India. *Nutrients* 2014; 6(12): 5955-74.
20. Instituto brasileiro de geografia e estatística (IBGE). Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009: análise do consumo alimentar no Brasil. Rio de Janeiro: IBGE; 2011. Disponível em: http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/condicaoodevida/pof/2008_2009_analise_consumo/pofanalise_2008_2009.pdf. (Acessado em: 24 de julho de 2015).
21. Lin BH, Wendt M, Guthrie JF. Impact on energy, sodium and dietary fibre intakes of vegetables prepared at home and away from home in the U.S.A. *Public Health Nutr* 2013; 16(11): 1937-43.
22. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira. Brasília; 2014. Disponível em: http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira.pdf. (Acessado em: 27 de julho de 2015).
23. Bezerra IN, Sichieri R. Eating out of home and obesity: a Brazilian nationwide survey. *Public Health Nutr* 2009; 12(11): 2037-43.
24. Bezerra IN, Curioni C, Sichieri R. Association between eating out of home and body weight. *Nutr Rev* 2012; 70(2): 65-79.
25. Gorgulho BM, Fisberg MR, Marchioni DML. Nutritional quality of major meals consumed away from home in Brazil and its association with the overall diet quality. *Prev Med* 2013; 57(2): 98-101.
26. Levy RB, Claro RM, Mondini L, Sichieri R, Monteiro CA. Distribuição regional e socioeconômica da disponibilidade domiciliar de alimentos no Brasil em 2008-2009. *Rev Saúde Pública* 2012; 46(1): 6-15.
27. Fisberg RM, Marchioni DML, Colucci ACA. Avaliação do consumo alimentar e da ingestão de nutrientes na prática clínica. *Arq Bras Endocrinol Metab* 2009; 53(5): 617-24.
28. Orfanos P, Naska A, Trichopoulou A, Grioni S, Boer JM, van Bakel MM, et al. Eating out of home: energy, macro- and micronutrient intakes in 10 European countries. The European Prospective Investigation into Cancer and Nutrition. *Eur J Clin Nutr* 2009; 63(Suppl 4): S239-62.
29. Kwon YS, Ju SY. Trends in nutrient intakes and consumption while eating-out among Korean adults based on Korea National Health and Nutrition Examination Survey (1998-2012) data. *Nutr Res Pract* 2014; 8(6): 670-8.

Recebido em: 22/10/2015

Versão final apresentada em: 28/06/2016

Aprovado em: 01/09/2016