

CHECKLIST – Biomarcadores de ingestão alimentar

	Critério	Atende (Sim/Não)
Fatores extrínsecos		
Fatores Biológicos *	- É pouco influenciado pela absorção do nutriente (ex: doenças; métodos de preparo do alimento; uso de medicamentos).	
	- É pouco influenciado pelo transporte e distribuição do nutriente (ex: distúrbios em que transportadores do nutriente na corrente sanguínea não está disponível; competição pelo mesmo transportador).	
	- É pouco influenciado pela metabolização do nutriente (ex: meia-vida curta; valores muito estáveis; competição por vias metabólicas/enzimas hepáticas com outros nutrientes ou medicamentos).	
	- É pouco influenciado pela excreção do metabólito (ex: doenças renais; uso de diuréticos e laxantes).	
	- Não é influenciado por síntese endógena .	
	- Não é confundido pelo uso de suplementos alimentares .	
Método de Dosagem	- A coleta foi padronizada de forma adequada	
	- O material biológico em que foi dosado é adequado	
	- O método laboratorial utilizado para a dosagem foi adequado	
Fatores intrínsecos		
Características do Biomarcador	- Reflete a ingestão do tempo de interesse (curto ou longo prazo)	
	- A variabilidade intra-individual foi considerada	
	- É possível/necessário ajustar pela ingestão energética	

* Além dos exemplos específicos, todos os fatores biológicos também são influenciados por constituição genética do indivíduo e estilo de vida (fumo e atividade física).