



UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO
FACULDADE DE SAÚDE PÚBLICA
DEPARTAMENTO DE NUTRIÇÃO

HNT211- INQUÉRITOS ALIMENTARES

Prof. Assoc. Regina Mara Fisberg

LISTA DE EXERCÍCIOS

1- Calcule a necessidade de energia (kcal) dos grupos apresentados nas tabelas abaixo:

Indivíduo	J.R.B.G.	A.C.B.	R.A.A.	C.F.P.	R.S.	L.R.M.
Sexo	M	M	M	M	M	M
Idade (anos)	20	30	40	43	23	53
Peso (kg)	56	71	67	63	77	78
Altura (m)	1,60	1,72	1,68	1,67	1,90	1,80
IMC (kg/m ²)	21,88	23,99	23,74	22,59	21,32	24,07
Atividade Física	Pouco ativo	Ativo				
Energia (kcal)	1509	1395	2650	1579	2523	2090
Carboidrato (g)	206,01	158,11	378,89	248,58	431,08	291,31
Proteínas (g)	129,25	148,33	172,81	43,38	73,84	115,96
Gorduras (g)	18,69	18,84	49,25	45,65	55,93	51,24

Indivíduo	M.H.S.A.	J.C.P.	D.S.	M.S.S.	A.S.B.	M.T.S.
Sexo	F	F	F	F	F	F
Idade (anos)	60	59	59	60	60	60
Peso (kg)	62	70	63	63	59	65
Altura (m)	1,59	1,62	1,54	1,55	1,60	1,60
IMC (kg/m ²)	24,52	26,67	26,56	26,22	23,05	25,39
Atividade Física	Pouco ativo					
Energia (kcal)	1706	1382	1546	1609	1108	1574
Carboidrato (g)	217,74	201,48	193,33	224,78	175,99	209,15
Proteínas (g)	61,13	41,15	80,49	69,44	38,78	40,31
Gorduras (g)	65,63	45,7	50,04	48,04	27,71	64,14

- 2- Como você interpretaria os resultados obtidos em relação à energia e macronutrientes?
- 3- Qual é a conclusão que podemos ter sobre a ingestão de Vitamina A da turma, considerando-as como um grupo do sexo feminino, na faixa etária de 19 a 30 anos, e tendo verificado um consumo habitual médio dessa vitamina de 881,94 $\mu\text{g/d}$, com um desvio-padrão de 731,28 $\mu\text{g/d}$?
- 4- Qual a probabilidade de inadequação de consumo de zinco na turma, cuja ingestão habitual média é de 7,08 mg/d, com um desvio-padrão de 2,78 mg/d?
- 5- Qual a probabilidade de inadequação da ingestão de vitamina C da turma, com ingestão média de 128,72 mg/d e com desvio-padrão de 130,49 mg/d?
- 6- E se tivéssemos um grupo de gestantes com idade entre 19 e 30 anos e ingestão habitual de selênio de 38 $\mu\text{g/d}$ com desvio-padrão de 12 $\mu\text{g/d}$. Qual a probabilidade da ingestão desse micronutriente estar inadequada?