



Proposta de cesta básica para a população da região metropolitana do Rio de Janeiro e sua relação com salário-mínimo vigente

Proposal of a basic food basket for the population of Rio de Janeiro metropolitan area and its relation with current salaries

Caroline Eustáquio Gonçalves da Silva¹
Renata Simoens Ribeiro Dias da Silva¹
Paula Moraes Curty Pimenta¹
Naira Santana Chaves¹
Luciana M. C. Castro^{2*}
Eliane de Abreu Soares³
Emilson Portella³

¹Alunas do Curso de Graduação em Nutrição do Instituto de Nutrição / Universidade do Estado do Rio de Janeiro.

^{2*}Professora no Departamento de Nutrição Social / Instituto de Nutrição/Universidade do Estado do Rio de Janeiro.

³Professores no Departamento de Nutrição Básica e Experimental / Instituto de Nutrição / Universidade do Estado do Rio de Janeiro.

Endereço para correspondência:

Luciana M.C. Castro

Telefone: (21) 2587-7131 ramal 212

Endereço: Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ)

Rua: São Francisco Xavier, nº 524, sala 12007 D, 12º andar Maracanã
CEP: 20550-013

Email: e-mail: lucaastro@uerj.br

Resumo

A alimentação adequada é um direito fundamental de todo ser humano e está consagrada na Constituição Federal do Brasil. Entretanto, o que se verifica é um quadro de intenso desrespeito aos direitos humanos e de insegurança alimentar. Este trabalho tem como objetivo propor uma cesta básica, para um domicílio com quatro indivíduos, duas crianças e dois adultos, e relacionar seu custo com o poder de compra do salário-mínimo vigente. A lista composta por 31 alimentos foi elaborada de acordo com o valor nutricional e os hábitos regionais. Foram calculadas a necessidade energética, a distribuição de macronutrientes e a ingestão de cálcio e de ferro. Os dados foram coletados em dois supermercados e selecionados os produtos com o menor e o maior preço de cada item da lista, calculando-se então a média de preço de cada supermercado. A distribuição de macronutrientes da cesta proposta foi de 57% de carboidratos, 12% de proteínas – com 57% provenientes de fontes animais e 31% de lipídios – com ácidos graxos saturados constituindo 9% do total energético, sendo monoinsaturados, 8%, e polinsaturados, 10%. O custo da cesta do supermercado 1 foi de R\$ 294,30 e a do 2 foi de R\$ 318,22, valores que representam 84% e 91% do salário-mínimo vigente. Conclui-se que com o salário-mínimo atual a população provavelmente vem adquirindo produtos de baixa qualidade nutricional, o que tem repercussões importantes sobre sua saúde e nutrição.

Abstract

Adequate nourishment is everyone's fundamental right, according to the Brazilian Constitution. However, the situation presents both an important disrespect to human rights and alimentary insecurity. This work aims to propose a basic food basket for a four-people household, two children and two adults, and to relate its cost with the purchase power of the current minimum wage. The list of 31 food types was elaborated in accordance with nutritional values and regional habits, with the calculation of energetic need, distribution of macro-nutrients, and calcium and iron intake. Data were collected in two supermarkets, and products were selected with the lower and highest price of each item in the list, thus calculating the average price in each supermarket. The distribution of macro-nutrients of the proposed basic food basket was 57% of carbohydrates, 12% of proteins – 57% of proteins came from animal sources, and 31% of lipids. Saturated fat acids are 9% of the energetic amount, monounsaturated, 8%, and polyunsaturated, 10%. The baskets cost in supermarket 1 was R\$ 294.30, and the second, R\$ 318.22, values that represent 84% and 91% of current minimum wage, respectively. This result points out that the population, with the current minimum wage, is probably buying products of low nutritional quality which have important impact in their health and nutrition.

Key words: basic food basket; nourishment; minimum wage.

Introdução

A alimentação adequada é um direito fundamental de todo ser humano, inerente à sua dignidade e indispensável à realização dos direitos consagrados na Constituição Federal (Brasil, 1988). No plano de concretização destes direitos, encontra-se a segurança alimentar e nutricional, que consiste na efetivação do acesso regular e permanente de todos a alimentos de qualidade, em quantidade suficiente, sem que outras necessidades essenciais sejam comprometidas, o que pode ser alcançado por meio de “práticas alimentares promotoras de saúde que respeitem a diversidade cultural e

que seja ambiental, cultural, econômica e socialmente sustentável” (Brasil, 2006).

Sabe-se que é dever do poder público adotar políticas e ações necessárias para promover e garantir a segurança alimentar e nutricional da população. Entretanto, a literatura vem descrevendo um quadro de muitas limitações nesse campo (CONSEA, 2004; Valente, 2002). O Brasil é um país de extrema desigualdade de renda, e cerca de 24% de sua população economicamente ativa vive em estado de pobreza, situação que influencia profunda e negativamente na capacidade de acesso a uma alimentação saudável (Radis, 2006).

Na Constituição Federal também consta que o salário-mínimo deve ser capaz de atender às necessidades vitais básicas do trabalhador e de sua família (como moradia, alimentação, educação, saúde, lazer, vestuário, higiene, transporte e previdência social) e ter ajustes periódicos que lhe preservem o poder aquisitivo. Em relação ao atendimento das necessidades da alimentação, a lei que instituiu o salário-mínimo prevê que a cesta básica deve representar aproximadamente 48% das despesas desse salário (Radis, 2003).

Por definição, a cesta básica é um termo genérico que designa um conjunto de bens, incluindo gêneros alimentícios e produtos de higiene pessoal e de limpeza, suficientes para suprir as necessidades de uma família pelo período de um mês. Destacam-se três propostas de cestas básicas no país: a do Decreto Lei nº 399, de 1938; a do Programa de Orientação e Proteção Defesa ao Consumidor e Departamento Intersindical de Estatística e Estudos Socioeconômicos (PROCON/DIEESE); e a do Estudo Multicêntrico do Ministério da Saúde (Menezes, 2006).

No Brasil, há várias propostas de composição para diferentes cestas básicas, mas nenhuma assumida como referência pelo governo e pela sociedade. As divergências estão focalizadas sobretudo entre opção por uma que seja composta pelos alimentos mais consumidos pela população (independentemente de sua composição nutricional) ou por outra, na qual os alimentos possam assegurar a plena satisfa-

ção das recomendações nutricionais (Martins, 2006).

Na cesta que consta do Decreto-Lei n. 399, de 30 de abril de 1938, que regulamentou a chamada Ração Essencial Mínima, há uma lista de alimentos destinados ao trabalhador adulto. Ainda hoje, esta cesta continua sendo a mais freqüentemente adotada como referência para estudos sobre o poder aquisitivo dos assalariados. Ela foi atualizada em alguns itens (por exemplo, a banha foi substituída pelo óleo), mas ainda mantém uma composição de nutrientes insuficiente e não contempla uma série de produtos atualmente consumidos (Barreto, 1998).

A cesta básica PROCON/DIEESE assumiu importância já há alguns anos, dada a divulgação mensal da relação de seu custo comparado com o salário-mínimo, para quase todas as capitais dos estados brasileiros. Além dos produtos alimentícios, é também formada por produtos de higiene e limpeza, constituindo no total 31 componentes presentes no consumo mensal de uma família formada por quatro indivíduos, cuja renda total é de 10,3 salários mínimos. Segundo Barreto (1998), há nessa cesta insuficiência quantitativa de quatro vitaminas (A, C, B2 e B6) e seis minerais (Ca, Mg, Zn, Se, Fe, I). Além disso, a contribuição dos lipídios no total calórico é superior ao aconselhado.

Por fim, deve-se registrar a cesta proposta no Estudo Multicêntrico realizado em 1996-1997, que teve por objetivo estabelecer uma cesta básica que fosse compos-

ta por alimentos mais consumidos pela população e nutricionalmente adequada, mas que não foi concluída. Entretanto, refletia apenas a realidade do padrão alimentar urbano do Centro-Sul (Radis, 2003).

Diante dessas lacunas, o presente estudo tem por objetivo propor uma cesta básica, formada somente por produtos alimentícios que atendam algumas recomendações nutricionais, considerando um domicílio constituído por quatro indivíduos, e relacionar seu custo com o poder de compra do salário-mínimo vigente.

Metodologia

Para a elaboração da cesta de alimentos, considerou-se uma família constituída por quatro pessoas, sendo uma criança do sexo feminino de dois anos e 11kg; um adolescente do sexo masculino de 10 anos e 30 kg; e dois adultos um do sexo masculino de 35 anos, 1,70m, 67 kg; e um do sexo

feminino de 29 anos, 1,65m, 55 kg (ambos praticantes de atividade leve). Esta composição familiar foi realizada de forma arbitrária, considerando-se apenas a média de número de pessoas por domicílio apontada pelo IBGE, e não a faixa etária.

Primeiramente, calculou-se a necessidade energética segundo a Food and Agriculture Organization (FAO, 1985) de cada indivíduo em 30 dias, bem como a distribuição de macronutrientes segundo as atuais recomendações americanas (FAO, 2005) para as crianças e da World Health Organization (WHO, 2003) para os adultos. Os cálculos encontram-se expostos nas tabelas 1 e 2. Foi planejada também a ingestão de cálcio e de ferro segundo as recomendações da Food and Nutrition Board (FNB, 1997 e 2002, respectivamente – tabela 3). Em seguida, somaram-se os valores encontrados para se conhecer, assim, o aporte energético de macro e micronutrientes recomendado para toda a família.

Tabela 1: Gasto energético diário e mensal da família

	Gasto energético diário (kcal)	Gasto energético mensal (kcal)
Criança	1.122	33.660
Adolescente	2.070	62.100
Adulto do sexo feminino	1.832	54.960
Adulto do sexo masculino	2.035	61.050
Total	7.059	211.770

Tabela 2: Recomendação mensal de macronutrientes segundo FNB (2005) e WHO (2003)

	Gasto energético mensal (kcal)	CHO		PTN		LIP		AG saturado		AG Mono-insaturado		AG Poli-insaturado	
		% do GET	(g)	% do GET	(g)	% do GET	(g)	% do GET	(g)	% do GET	(g)	% do GET	(g)
Criança^a	33660	58	4880,7	5	420,8	37	1383,8	-	-	-	-	-	-
Adolescente^b	62100	58	9004,5	10	1552,5	32	2208	-	-	-	-	-	-
Adulto do sexo feminino^c	54960	58	7969,2	14	1923,6	28	1709,9	8	488,5	10	610,7	10	610,7
Adulto do sexo masculino^c	61050	58	8852,3	14	2136,8	28	1899,3	8	542,7	10	678,3	10	678,3
Total	211770	-	30706,7	-	6033,7	-	7201	-	1031,2	-	1289	-	1289

Legenda:

a : segundo recomendação de FNB (2005) para crianças de 1 a 3 anos.

b: segundo recomendação de FNB (2005) para crianças e adolescentes de 4 a 18 anos.

c: segundo recomendação de WHO (2003) para adultos.

CHO= carboidratos; PTN= proteínas; LIP= lipídeos; AG= ácido graxo; GET= gasto energético total.

Tabela 3: Recomendações de cálcio e ferro para cada membro da família segundo FNB (1997) e FNB (2002), respectivamente

	Cálcio (mg)		Ferro (mg)	
	Diário	Mensal	Diário	Mensal
Criança	500	15000	7	210
Adolescente	1300	39000	8	240
Adulto do sexo feminino	1000	30000	8	240
Adulto do sexo masculino	1000	30000	18	540
Total	3800	114000	41	1230

Após os cálculos, propôs-se uma lista de alimentos que foram escolhidos de acordo com o valor nutricional e os hábitos regionais da região metropolitana do Rio de Janeiro. Procurou-se incluir na lista representantes de todos os grupos de alimentos

da pirâmide alimentar proposta por Philippi *et al.* (1999 e 2003). Para o cálculo da quantidade de cada alimento necessária para suprir as necessidades energéticas e de macronutrientes da família, consideraram-se os alimentos na forma crua.

Como limitação deste trabalho, apontamos o fato de não terem sido considerados os fatores de correção e de cocção dos alimentos, o que pode ter levado a resultados não fidedignos.

Utilizaram-se as medidas caseiras da “Tabela para avaliação de consumo alimentar em medidas caseiras”, de Pinheiro *et al.* (2005), e a composição centesimal de cada alimento proposta pela “Tabela de composição de alimentos: suporte para decisão nutricional”, de Philippi (2002), ou pela “Tabela Brasileira de Composição de Alimentos” (TACO, 2006).

No caso do espinafre, como este é vendido por unidade e não havia essa medida na tabela de medidas caseiras, calculou-se a gramatura da unidade a partir da média do peso encontrado de uma unidade em cada supermercado visitado.

Estipulou-se que o consumo de sal extrínseco deveria ser de aproximadamente 5000mg, já que não se calculou a quantidade de sódio intrínseco de cada alimento.

A fim de determinar o custo da cesta proposta, escolheram-se dois supermercados: um no bairro de Curicica, município

do Rio de Janeiro, visitado no dia 6 de dezembro de 2006, e outro na Rodovia Presidente Dutra Km 4, município de São João de Meriti, visitado no dia 16 de dezembro de 2006. O preço final de cada alimento foi calculado utilizando-se a média do maior e menor valor para cada produto.

Após o cálculo do custo total da cesta, verificou-se o percentual do salário-mínimo necessário para sua aquisição, tomando-se como base o salário-mínimo oficial do mês de dezembro de 2006, de R\$350,00. Por fim, estimou-se o salário-mínimo “ideal” para o suprimento alimentar de toda a família, considerando-se o Decreto-Lei n. 399, de 30 de abril de 1938, que determina que o custo com a alimentação deve ser de 48% do salário-mínimo.

Resultados

Com base na tabela 2, propôs-se uma cesta básica para a família cujos itens estão relatados na tabela 4. Nesta tabela estão também apresentadas as quantidades de cada nutriente fornecido, bem como o percentual de adequação em relação à distribuição de nutrientes apresentados na tabela 2 e 3.

Tabela 4: Análise quantitativa da cesta básica

Alimentos	Quantidade	Calorias	Carboidrato	Proteína (g)		Lípido	AG	AG	AG	Cálcio	Ferro
	estimada	(kcal)	(g)	vegetal	animal	(g)	saturado	Mono-insaturado	Poli-insaturado	(mg)	(mg)
	mensal						(g)	(g)	(g)		
	(g ou ml)										
Açúcar refinado	6000	23976	5994,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	60,00	3,60
Alho	500	812	165,5	31,9		2,5	0,5	0,1	1,3	905,00	8,50
Arroz Branco Cru	5800	20561	4640,0	414,1		38,3	10,4	12,2	10,4	1624,00	250,56
Azeite de oliva	550	4950	0	0	0	550	74,3	405,4	46,2	0,99	2,19
Café	250	223	33,5	12,5		4,3	ND	ND	ND	210,00	8,25
Farinha de Mandioca	2000	7102	1728,0	34,0		6,0	ND	ND	ND	1220,00	62,00
Farinha de Trigo	1000	3601	777,0	94,0		13,0	2,0	1,0	6,0	1400,00	20,00
Feijão cru	4000	13793	2452,0	900,0		42,8	6,0	3,2	23,6	3320,00	268,00
Goiabada	800	2074	512,8	4,0		0,8	ND	ND	ND	144,00	7,20
Leite Integral Longa Vida	61000	37673,6	2848,7		2013,0	2025,2	1305,4	524,6	85,4	72590,00	30,50
Macarrão cru	1000	3616	752,0	125,0		12,0	ND	ND	ND	270,00	13,00
Óleo de soja	3600	32400	0,0	0,0	0,0	3600,0	518,4	838,8	2084,4	1,44	0,72
Ovo	1000	1449	12,3		125,0	100,0	31,0	38,1	13,6	490,00	14,40
Pão Francês	5250	15112	2982	494,6		133,9	ND	ND	ND	5827,50	161,70
Queijo Minas	1000	2430	ND		180,0	190,0	ND	ND	ND	6850,00	4,00
Sal	1000	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	240,00	1,00
Carnes:											
Frango (peito) ^a	1000	1470	0,0		210,0	70,0	22,0	32,0	9,0	80,00	4,00
Peixe (sardinha) ^a	1000	1110	0,0		210,0	30,0	17,0	5,0	2,0	1670,00	13,00
Vermelha de 2ª (acém) ^a	3500	4550	0		665,0	210,0	94,5	84,0	3,5	105,00	63,00
Visceras (Fígado)	500	1051	39,3		133,4	40,0	13,4	8,2	8,6	54,95	31,4
Frutas:											
Banana	4800	7350	1123,1	49,9		23,0	9,1	1,9	4,3	288,00	14,88
Laranja	10800	5621	1274,4	101,5		13	2,2	2,2	3,2	4320,00	10,80
Limão ^a	6700	2880	737,0	67,0		0	ND	ND	ND	3417,00	ND
Maçã Vermelha	10800	7042	1652,4	20,5		38,9	6,5	2,2	11,9	756,00	19,44
Vegetal A:											
Alface lisa	2000	440	70,2	26,2		6,0	0,8	0,2	3,4	1360,00	28,00
Cebola	2100	855	181,4	24,6		3,4	0,6	0,4	1,3	420,00	4,62
Espinafre	2000	573	70,2	57,4		7,0	1,2	0,2	3,0	1980,00	54,20
Tomate	5000	1249	232,5	42,5		16,5	2,5	2,5	7,0	250,00	22,50
Vegetal B:											
Beterraba	2000	926	191,4	32,4		3,4	0,6	0,6	1,2	320,00	16,00
Cenoura	9900	4581	999,9	103,0		18,8	3,0	1,0	7,9	2673,00	49,50
Vegetal C:											
Batata	1000	812	180	20,8		1	0,3	0	0,4	70,00	7,60
Mandioca	1000	1236	269	31,1		3,9	1	1	0,7	910,00	36,00
TOTAL		211517	29918,6	2687,0	3536,4	7203,7	2122,7	1964,8	2338,3	113826,88	1230,56
ADEQUAÇÃO (%)	-	100	97	6223,4		100	-	-	-	100	100

Legenda:

AG = ácido graxo

^a Fonte da composição centesimal: TACO (2006), o restante dos alimentos tem como fonte a tabela de Philippi (2002).

A distribuição energética desta cesta foi de 57% de carboidratos, 12% de proteínas e 31% de lipídios, o que está de acordo com as recomendações da Food and Nutrition Board (FNB, 2002). Os ácidos graxos saturados constituem 9% do total energético fornecido pela cesta; já os monoinsaturados são 8%, e os polinsaturados, 10%, o que está de acordo com as recomendações da World Health Organization (WHO, 2003). Em relação às proteínas, 57% foram provenientes de fontes animais – ou seja, nesta cesta predominam fontes de proteína de alto valor biológico, que fornecem, assim, todos os aminoácidos essenciais em quantidades satisfatórias.

A quantidade de gordura saturada, mono e polinsaturada fornecida pela cesta ultrapassa os valores propostos na tabela 2, mas isso se deve ao fato de não se ter conhecimento das recomendações desses nutrientes para as crianças. Logo, o cálculo da tabela 2 só envolve os adultos.

A quantidade de cálcio e de ferro fornecida pela cesta atingiu as recomendações da Food and Nutrition Board (FNB, 1997 e 2002, respectivamente).

Esta cesta fornece 450g de frutas, legumes e verduras *per capita* diários, o que está de acordo com as recomendações do Ministério da Saúde (Brasil, 2005), que sugere uma ingestão *per capita* de no mínimo 400g/dia.

O custo da cesta, com base na média dos preços do supermercado do bairro de

Curicica, é de R\$ 294,30; já a cesta com base nos dados colhidos no supermercado localizado no município de São João de Meriti é de R\$ 318,22: uma diferença de 8%.

Tomando como base o salário-mínimo oficial de R\$ 350,00, o custo da cesta calculada a partir da média dos preços do supermercado do bairro de Curicica representaria 84% desse valor, e o do supermercado do município de São João de Meriti, 91%. Assim, o salário mínimo real deveria ser de R\$ 613,13 e R\$ 662,96, respectivamente, considerando que o decreto lei determina que o custo com a alimentação deveria representar 48% do seu total.

Discussão

Observa-se, atualmente, declínio no consumo de alimentos básicos e tradicionais, como arroz e feijão, e aumento na aquisição de produtos industrializados e consumo insuficiente de hortaliças e frutas, concomitante com o aumento do teor de gordura e açúcar na dieta brasileira (Levy-Costa *et al.*, 2005).

Observou-se que o salário-mínimo oficial de R\$ 350,00 não é suficiente para oferecer a uma família de quatro pessoas renda suficiente para a alimentação, habitação, vestuário, higiene e transporte, uma vez que em torno de 95% dele representaria o gasto com a alimentação, considerando-se os resultados deste estudo.

A lei que regulamenta a Segurança Alimentar e Nutricional estabelece que todos

têm o direito ao acesso regular e permanente de alimentos de qualidade, em quantidade suficiente, sem prejudicar o acesso às outras necessidades essenciais do ser humano, respeitando-se a diversidade cultural, e que tenham como base práticas alimentares promotoras de saúde de caráter social, econômico e ambientalmente sustentável (CONSEA, 2004). No Brasil, de acordo com dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2005), observa-se que o rendimento médio mensal de todos os trabalhadores da população ocupada para o sexo masculino equivale a R\$ 833,80, e para o sexo feminino, a R\$ 644, 80, sofrendo modificações de acordo com a posição ocupada. Os 40% mais pobres da população ocupada no Brasil em 2004 contam com rendimento médio mensal correspondente a R\$ 200,71, o que, no caso de uma família composta por apenas um membro ocupado, é insuficiente para o acesso a todas as necessidades essenciais. Assim, a partir desses dados, nota-se a dificuldade da família brasileira de baixa renda para ter uma alimentação adequada nutricionalmente, o que indica tendências desfavoráveis no seu padrão alimentar.

Deve-se registrar que obesidade, *diabetes mellitus*, doenças cardiovasculares, certos tipos de câncer e outras enfermidades crônicas são riscos decorrentes da transição alimentar em curso nas últimas três décadas – conseqüente de transformações ocorridas no país, como a urbanização. Contribuem para as modificações na com-

posição das refeições domiciliares, fenômeno que afeta inclusive as famílias de poder aquisitivo mais favorável (Barreto, 1998; Oliveira & Thébaud-Mony, 1997).

A situação alimentar não pode ser analisada apenas através da análise da taxa de produção de alimentos ou outros indicadores econômicos específicos. A observação dos problemas estruturais do sistema econômico, das relações sociais e das políticas adotadas permite verificar as possíveis influências diretas sobre a alimentação. As estratégias apropriadas para a solução do problema alimentar deve considerar todos os determinantes do consumo alimentar, verificando-se a ação dos agentes sociais participantes da cadeia alimentar: produtores, distribuidores e consumidores (Oliveira & Thébaud-Mony, 1997).

Conclusão

A cesta básica aqui proposta é composta por alimentos com valor nutricional para suprir as necessidades nutricionais de uma família de quatro indivíduos, considerando também os hábitos alimentares da região metropolitana do Rio de Janeiro. Seu custo ultrapassa o valor de 48% do salário-mínimo em vigor.

A partir desse quadro, parece razoável afirmar que a população vem adquirindo produtos de baixa qualidade nutricional, com conseqüências deletérias para sua saúde e nutrição.

Esse é um cenário que acarreta ao Sistema Único de Saúde (SUS) elevação dos gastos com o tratamento dos doentes, devido à obesidade, doenças coronarianas, hipertensão arterial, *diabetes mellitus*, doenças associadas à alimentação inadequada.

Referências

- BARRETO, S. A. J. Análise nutricional e complementação alimentar de cesta básica derivada do consumo. **Revista de Saúde Pública**. São Paulo, v. 32, n. 1, p. 29-35, 1998.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia Alimentar para a População Brasileira**: promovendo a alimentação saudável. Brasília: MS, 2005. 183p. (Série A. Normas e Manuais Técnicos).
- BRASIL. Presidência da República. Casa Civil, Subchefia para Assuntos Jurídicos. **Constituição da República Federativa do Brasil de 1988**. Brasília, 5 de outubro de 1988.
- _____. **Lei nº 11.346, de 15 de setembro de 2006**. Cria o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional – SISAN com vistas em assegurar o direito humano à alimentação adequada e dá outras providências.
- CESTA básica e salário-mínimo. **Radis**: Rio de Janeiro, n. 8, p. 15-16, abril, 2003.
- Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. **Construção de uma Política de Segurança Alimentar e Nutricional**. Brasília: CONSEA, 2004.
- FOOD AND AGRICULTURE ORGANIZATION / UNIVERSIDAD DE LA NACIONES UNIDAS. **Necessidades de energia y de proteínas**. Ginebra: OMS, 1985. 220p. (Série Informes Técnicos nº 724).
- FOOD AND NUTRITION BOARD / INSTITUTE OF MEDICINE. **Dietary reference intake for calcium, phosphorus, magnesium, vitamin D and fluoride**. Washington D. C.: National Academies Press, 1997. 448p.
- _____. **Dietary reference intake for energy, carbohydrate, fat, fatty acids, cholesterol, protein and amino acids**. Washington D. C.: National Academies Press, 2005. 1.357p.
- _____. **Dietary reference intake for vitamin A, vitamin K, arsenic, boron, chromium, copper, iodine, iron, manganese, molybdenum, nickel, silicon, vanadium and zinc**. Washington D. C.: National Academies Press, 2002. 800p.
- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Síntese de Indicadores Sociais, 2005. Disponível em: <http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/condicao_devida/indicadores_minimos/sintese_indicadores_2005/default.shtm>. Acesso em: 22 maio 2006.
- LEVY-COSTA, R.B. *et al.* Disponibilidade domiciliar de alimentos no Brasil: distribuição e evolução (1974-2003). **Revista de Saúde Pública**. São Paulo, v. 39, n. 4, p. 530-540, 2005.
- MARTINS, L.A.T.P. *et al.* **Cálculo da Cesta básica para o município de Piracicaba**. Universidade Metodista de Piracicaba. Disponível em: <http://www.unimep.br/fgn/economia/cestabasica.doc>. Acesso em: 22 maio 2006.
- MENEZES, F. **Panorama Atual da Segurança Alimentar no Brasil**. Disponível em: <http://perso.orange.fr/amar-bresil/documents/secual/san.html>. Acesso em: 22 maio 2006.
- MONDINI, L.; MONTEIRO, C. A. Mudanças no padrão de alimentação da população urbana brasileira (1962-1988). **Revista de Saúde Pública**. São Paulo, n. 28, n. 6, p. 433-439, 1994.
- NÚCLEO DE ESTUDOS E PESQUISAS EM ALIMENTAÇÃO. **Tabela Brasileira de Composição de Alimentos-TACO**. 2. ed. São Paulo: NEPA-UNICAMP, 2006. 105p.

OLIVEIRA, S.P.; THÉBAUD-MONY, A. Estudo do consumo alimentar: em busca de uma abordagem multidisciplinar. **Revista de Saúde Pública**. São Paulo, v. 31, n. 2, p. 201-208, abr. 1997.

PINHEIRO, A.B.V. *et al.* **Tabela para Avaliação de Consumo Alimentar em Medidas Caseiras**. 5 ed. São Paulo: Atheneu, 2005.130p.

PHILIPPI, S. T. **Tabela de Composição de Alimentos**: suporte para decisão nutricional. 2 ed. São Paulo: Coronário, 2002. 107p.

PHILIPPI, S.T.; CRUZ, A.T.R.; COLLUCCI, A.C.A. Pirâmide alimentar para crianças de 2 a 3 anos. **Revista de Nutrição**, São Paulo, v. 16, n. 1, p. 5-9. jan./mar., 2003.

PHILIPPI, S.T. *et al.* Pirâmide alimentar adaptada: guia para escolha dos alimentos. **Revista de Nutrição**, São Paulo, v.12, n.1, p.65-80. Abr. 1999.

UMPANORAMA das nossas desigualdades. **Radis**: Rio de Janeiro, n. 45, p. 15 16, maio 2006.

VALENTE, F.L.S. **Direito Humano à alimentação**: desafios e conquistas. São Paulo: Cortez, 2002.

WORLD HEALTH ORGANIZATION / FOOD AGRICULTURE ORGANIZATION. **Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases**. Geneva: WHO, 2003. 149p. (WHO Technical Report Series n. 916).

