BÁRBARA DRESCH DE JESUS

ASSOCIAÇÃO ENTRE A PRÁTICA DA FÉ E O COMPORTAMENTO ALIMENTAR EM CRISTÃOS EVANGÉLICOS PRATICANTES NO MUNICÍPIO DE CANOAS/RS.

CANOAS
2024

BÁRBARA DRESCH DE JESUS

ASSOCIAÇÃO ENTRE A PRÁTICA DA FÉ E O COMPORTAMENTO ALIMENTAR EM CRISTÃOS EVANGÉLICOS PRATICANTES NO MUNICÍPIO DE CANOAS/RS.

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Universidade La Salle como parte das exigências para a obtenção do grau de Bacharelado em Nutrição.

Orientação: Prof. Dr. Francisco Stefani Amaro

CANOAS
2024

Dedico o presente estudo primeiramente ao verdadeiro autor deste trabalho: Jesus Cristo de Nazaré, o meu único Senhor e Salvador, que tem me sustentado todos os dias em Amor e Graça, desde o primeiro semestre da graduação.

Dedico também à minha bisavó, Judith de Castro Araújo Raugust (in memoriam), que foi a responsável pela profissional que me tornei. Obrigada bisa, por acreditar no meu sonho.

Dedico à minha avó, Elizeth Raugust, que junto da minha bisa, me impulsionou em amor e me deu força para concluir esta etapa.

AGRADECIMENTOS

Agradeço à minha família, em especial aos meus pais, Vanessa Dresch e Guilherme Teixeira, ao Rodrigo Lisboa e a minha tia, Vânia Dresch Costa, que me ajudaram a concluir esta etapa, sem vocês isso não seria possível.

Agradeço ao Juliano Lisboa e Evelin Lisboa, amigos e líderes do Legacy Canoas, onde a pesquisa foi feita. Que Deus siga abençoando vocês sempre!

Agradeço ao meu amigo e teólogo Assis Cáceres por todo o apoio e orações.

Agradeço aos meus amigos, em especial a Melissa Rufatto, que foi a minha parceira durante 4 anos ininterruptos de graduação, me apoiando em qualquer circunstância. E a Camila Zandoná, por todo amor, cuidado e preciosismo para comigo, tenho certeza que serás uma psicóloga brilhante.

Agradeço também ao meu orientador, o Prof. Dr. Francisco Stefani Amaro, o “Chico”, que abraçou este tema com todo profissionalismo, ética e respeito.

Sabemos que Deus age em todas as coisas para o bem daqueles que o amam, dos que foram chamados de acordo com o seu propósito.

Romanos 8:28

RESUMO

A transformação pessoal e moral, características centrais da fé cristã, frequentemente leva os fieis a abandonar hábitos prejudiciais como tabagismo e consumo excessivo de álcool, considerados contrários aos princípios bíblicos de moderação e autocontrole. Esse processo de conversão pode, no entanto, criar novos desafios comportamentais, especialmente no que diz respeito ao comportamento alimentar. O comportamento alimentar é uma expressão abrangente que inclui o consumo de alimentos, modos de comer e práticas relacionadas. A expressão popular "crente não bebe, mas come" ilustra a substituição de vícios por comportamentos alimentares problemáticos, como evidenciados pelo aumento de casos de obesidade e sobrepeso, entre os evangélicos. A pesquisa foi realizada com membros do grupo de jovens da Igreja Batista da Lagoinha, com idades entre 18 e 50 anos, que se declaram convertidos ao evangelho. Foram excluídos da amostra indivíduos que nasceram em famílias cristãs (berço cristão) e aqueles que não assinaram digitalmente o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Dados sobre sexo, idade, peso e estatura foram coletadas para análise do índice de massa corporal (IMC), e o comportamento alimentar foi avaliado através do Questionário de Frequência Alimentar (QFA). A espiritualidade dos participantes foi medida usando a Escala de Religiosidade da Universidade de Duke (Durel). O estudo buscou identificar a relação entre a prática da fé cristã e o comportamento alimentar, promovendo um estilo de vida saudável e equilibrado em conformidade com os princípios bíblicos, sendo realizado através de um formulário eletrônico. Os resultados da pesquisa evidenciaram mudanças no estado nutricional e nos padrões alimentares dos participantes após a conversão religiosa, indicando influência direta da prática de fé. Entre os homens, houve uma redução expressiva no percentual de eutrofia (58,33% para 16,66%) e um aumento no sobrepeso (16,66% para 58,33%), enquanto a obesidade manteve-se estável (8,33%). Já entre as mulheres, observou-se aumento da eutrofia (48,27% para 51,72%) e do sobrepeso (17,24% para 34,48%), enquanto a obesidade grau 1 diminuiu (17,24% para 6,89%), mas surgiu obesidade grau 3 em 3,44% da amostra. Em relação aos padrões alimentares, destaca-se o aumento no consumo de alimentos in natura, como frutas (51% para 75%), legumes (43,9% para 70%) e leguminosas (41,46% para 60,97%), além de

carnes (68,29% para 78%) e ovos (58% para 75,6%). Houve leve aumento na ingestão de óleos (34% para 43,9%) e redução no consumo de alimentos ultraprocessados (60% para 56%), doces (73,17% para 63,41%) e leite (58,53% para 53,65%), indicando melhorias na qualidade da dieta. Quanto à influência da fé, 61,9% dos participantes relataram que os ensinamentos bíblicos moldam suas escolhas alimentares. A maioria (61,9%) discordou que houve redução na ingestão alimentar sem motivo aparente, sugerindo motivações conscientes para essas mudanças, enquanto 23,8% indicaram aumento na ingestão pós-conversão. Os resultados apontaram mudanças no estado nutricional e nos padrões alimentares dos participantes.

Palavras-chave: Comportamento Alimentar; Fé; Alimentação; Conversão.

ABSTRACT

Personal and moral transformation, central characteristics of the Christian faith, often leads believers to abandon harmful habits such as smoking and excessive alcohol consumption, which are considered contrary to the biblical principles of moderation and self-control. However, this conversion process can create new behavioral challenges, particularly with regard to eating behavior. Eating behavior is a broad expression that includes food consumption, eating patterns, and related practices. The popular expression "a believer doesn't drink, but they eat" illustrates the substitution of vices with problematic eating behaviors, as evidenced by the increase in obesity and overweight cases among evangelicals. The research was conducted with members of the youth group at Igreja Batista da Lagoinha, aged between 18 and 50 years, who declare themselves as converted to the gospel. Individuals who were born into Christian families (Christian upbringing) and those who did not digitally sign the Informed Consent Form were excluded from the sample. Data on sex, age, weight, and height were collected for analysis of body mass index (BMI), and eating behavior was assessed through the Food Frequency Questionnaire (FFQ). The spirituality of the participants was measured using the Duke University Religiousness Scale (Durel). The study sought to identify the relationship between the practice of Christian faith and eating behavior, promoting a healthy and balanced lifestyle in accordance with biblical principles, and was conducted through an electronic form. The research results highlighted changes in the nutritional status and eating patterns of participants after religious conversion, indicating a direct influence of faith practice. Among men, there was a significant reduction in the percentage of eutrophy (58.33% to 16.66%) and an increase in overweight (16.66% to 58.33%), while obesity remained stable (8.33%). Among women, there was an increase in eutrophy (48.27% to 51.72%) and overweight (17.24% to 34.48%), while grade 1 obesity decreased (17.24% to 6.89%), but grade 3 obesity appeared in 3.44% of the sample. Regarding eating patterns, there was a notable increase in the consumption of whole foods, such as fruits (51% to 75%), vegetables (43.9% to 70%), and legumes (41.46% to 60.97%), as well as meats (68.29% to 78%) and eggs (58% to 75.6%). There was a slight increase in the intake of oils (34% to 43.9%) and a reduction in the consumption of ultraprocessed foods (60% to 56%), sweets (73.17% to 63.41%), and

milk (58.53% to 53.65%), indicating improvements in diet quality. As for the influence of faith, 61.9% of participants reported that biblical teachings shape their food choices. The majority (61.9%) disagreed that there was a reduction in food intake without apparent reason, suggesting conscious motivations for these changes, while 23.8% indicated an increase in intake post-conversion. The results pointed to changes in the nutritional status and eating patterns of the participants.

Keywords: eating behavior; faith; diet; conversion.

LISTA DE TABELAS

Tabela 1: caracterização da amostra 22
Tabela 2: Diagnóstico nutricional por gênero segundo o IMC nos períodos pré e pós-conversão 23
Tabela 3: Ingestão de frutas, legumes, vegetais crus e leguminosas 24
Tabela 4: Ingestão de carnes, ovos, laticínios e óleos: 24
Tabela 5: Ingestão de ultraprocessados e doces: 24
Tabela 6: Ingestão de frutas, legumes, vegetais crus e leguminosas 25
Tabela 7: Ingestão de carnes, ovos, laticínios e óleos 26
Tabela 8 – Ingestão de ultraprocessados e doces 26
Tabela 9 – Interferência da Bíblia Sagrada no comportamento alimentar, segundo o entrevistado*: 26
Tabela 10: Esforço significativo para viver a religião em todos os aspectos da vida, segundo o entrevistado* 27
Tabela 11: Identificação de mudanças no padrão alimentar, especificamente na redução da ingestão sem causa aparente* 27
Tabela 12: Identificação de mudanças no padrão alimentar, especificamente no aumento da ingestão sem causa aparente.* 27

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO 13

2 REFERENCIAL TEÓRICO: 16

2.1 O corpo como templo do Espírito Santo 16

2.2 Reflexões contemporâneas 17

2.3 A imagem corporal feminina e seus impactos nas práticas alimentares 18

3 METODOLOGIA 20

4 RESULTADOS 22

4.1 Caracterização da amostra e diagnósticos iniciais 22

4.2 Avaliação qualitativa da alimentação dos participantes através do QFA, segundo IMC no período pré-conversão 24

4.3 Avaliação qualitativa da alimentação dos participantes através do QFA, segundo IMC no período pós-conversão 25

5 DISCUSSÃO 28

5.1 Mudanças no estado nutricional 28

5.2 Mudanças nos padrões alimentares 29

5.3 A influência da fé nas escolhas alimentares 30

5.4 Mudanças espontâneas e motivações alimentares 30

6 CONCLUSÃO 32

REFERÊNCIAS 33

APÊNDICE 1 – QUESTIONÁRIO DE FREQUÊNCIA ALIMENTAR (QFA) 34

APÊNDICE 2 - ÍNDICE DE RELIGIOSIDADE DA UNIVERSIDADE DUKE 35

APÊNDICE 3 – ESCALA TIPO LIKERT COM ASSOCIAÇÃO ENTRE O COMPORTAMENTO ALIMENTAR E A PRÁTICA DA FÉ 37

APÊNDICE 4 – FORMULÁRIO DE PERGUNTAS E RESPOSTAS ENVIADO AOS PARTICIPANTES 38

APÊNDICE 5 – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE) 39

ANEXO 1 – PARECER CONSUBSTANCIADO DO COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA.....43

1 INTRODUÇÃO

Os evangélicos foram o segmento religioso que mais cresceu no Brasil no período intercensitário. Em 2000, eles representavam 15,4% da população, em 2010, chegaram a 22,2%, um aumento de cerca de 16 milhões de pessoas (de 26,2 milhões para 42,3 milhões)**.** (BRASIL, 2010). Na religião em questão, convicções e práticas muitas vezes moldam suas escolhas e estilos de vida, uma das características distintivas dessa crença é a ênfase na transformação pessoal e moral, levando muitos fieis a reconsiderar e abandonar hábitos prejudiciais.

Abrir mão de vícios antigos é frequentemente encarado como uma parte essencial do processo de conversão e renovação espiritual, entre os hábitos mais comuns que os evangélicos são encorajados a abandonar, estão o tabagismo e o consumo excessivo de álcool, considerados contrários aos princípios de moderação e autocontrole ensinados pela Bíblia.

A vertente espiritual da existência representa uma significativa fonte de vigor, sentido e resiliência humana para muitos indivíduos, contudo, a vivência na prática nem sempre se mostra "simples e tranquila", pois alguns indivíduos perdem o equilíbrio com atitudes extremas relacionadas à religião. Visto isso, algumas pessoas acabam descontando suas frustrações na comida, já que não podem mais recorrer à “vícios antigos”, por conta de sua fé. (Szcześniak; Timoszyk-Tomczak, 2020)

O termo “comportamento” é definido como: a maneira de se comportar ou de se conduzir; condutas; procedimentos; conjuntos de ações observáveis de um indivíduo**.[3]** Pode ser entendido, também, como um conjunto de reações do indivíduo diante das interações do meio em que está envolvido sob determinadas circunstâncias. (Doron; Paro, 2001). Já o termo “comportamento alimentar” é usado, atualmente, para expressar todo tipo de construto no âmbito da alimentação: consumo, modo de comer e outras questões relacionadas (como e onde comer). (Alvarenga et al., 2018).

A alimentação como ato nutricional (individual, no qual o alimento é tido como fonte de nutrientes, atendendo às necessidades do corpo) se diferencia do comer, no qual a alimentação é um ato social (coletivo e cultural, em que o alimento passa a

ser comida e possui representações e significados). Antes de se nutrir, o homem se alimenta.

A alimentação sempre acompanhou o ser humano e pauta-se em uma criação histórico-cultural, ligada às relações humanas mediadas pela comida. Já a Nutrição é uma ciência da modernidade na qual comer e se alimentar são cientificamente racionalizados, e o foco é no estudo dos nutrientes: o alimento com influências fisiológicas ao organismo. (Alvarenga et al., 2018). Essas são conceituações básicas quando pensamos em terminologias dentro da Nutrição e com base nelas é possível entender a diferença entre alimento (tem funções destinadas à formação, ao desenvolvimento e à manutenção do organismo) e comida (tem funções nutricionais, mas também culturais e simbólicas). (Carvalho; Luz; Prado, 2011. Zuin; Zuin, 2009)

Diante desses fatos, explorar se a fé cristã pode ser de fato, um determinante para o comportamento alimentar do indivíduo, se torna imprescindível, pois a alimentação não é apenas fisiológica, mas também social e cultural.

A comida se tornou o alvo de muitos cristãos que estão no processo de abandono de antigos hábitos por conta de sua fé. Muitos possuem o conhecimento Bíblico necessário e entendem que isso é “contrário à Palavra de Deus”, mas por questões psicológicas e fisiológicas, não conseguem abandonar essa prática. A frase: “crente não bebe, mas come” está se tornando cada vez mais comum no meio evangélico, bem como relatos de obesidade e sobrepeso **[8].** O projeto verificou a associação entre a fé cristã e o comportamento alimentar do praticante, bem como se o seu comportamento alimentar possui relação com a Bíblia.

É importante não apenas citar o que é moralmente aceitável pelas Escrituras Sagradas, mas também incentivar a busca por um estilo de vida saudável e equilibrado. Compreender esses elementos poderia promover abordagens e condutas nutricionais direcionadas para o público em questão, levando em conta não apenas a sua crença religiosa, mas também sua saúde e bem-estar.

O presente estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), em conformidade com as diretrizes da Resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde (CNS), que regulamenta pesquisas científicas envolvendo seres humanos. O estudo prioriza o respeito à dignidade humana, garantindo a proteção e os direitos dos participantes. (Brasil, 2012). Essa validação é essencial para garantir a credibilidade e legitimidade dos resultados a serem obtidos. A aprovação confirma o

alinhamento do projeto com os princípios éticos estabelecidos, segundo o parecer consubstanciado do CEP. (Anexo 1). Embora não sejam previstos benefícios diretos aos participantes, a pesquisadora compromete-se a divulgar os resultados por meio dos canais de comunicação da igreja, possibilitando, de forma indireta, benefícios à congregação, como o aprofundamento do conhecimento sobre o tema abordado. Como possível risco, destaca-se a reflexão sobre os próprios hábitos alimentares, o que pode ocasionar certo desconforto emocional ao responder às perguntas. As informações coletadas, incluindo dados provenientes de prontuários, serão armazenadas em banco de dados virtual seguro, acessível apenas à pesquisadora, e preservadas por um período de cinco anos.

A pesquisadora declara que os dados foram utilizados exclusivamente para os fins descritos no estudo e compromete-se a seguir todas as normas éticas e regulamentadoras estabelecidas. Os resultados são divulgados por meio de publicações científicas, garantindo acesso à comunidade acadêmica e científica. Declara-se, ainda, a ausência de conflitos de interesse no desenvolvimento do estudo.

A pesquisa tem como objetivo geral: Verificar a associação entre a prática da fé de cristãos praticantes e seu comportamento alimentar. Também foram estabelecidos os objetivos específicos, que são: identificar hábitos dietéticos, identificar o consumo alimentar; verificar se há influência da Bíblia Sagrada na dieta do indivíduo; e observar quais alterações nutricionais a conversão promoveu na vida do indivíduo.

O estudo subdivide-se em seis capítulos, sendo o primeiro a introdução. No capítulo 2 apresenta-se o embasamento teórico que serviu de suporte para a pesquisa. A metodologia é apresentada no capítulo 3. Os resultados e discussão encontram-se nos capítulos 4 e 5, respectivamente. A conclusão encerra a pesquisa, seguida pelas referências utilizadas no decorrer do estudo, bem como os apêndices e anexos.

2 REFERENCIAL TEÓRICO:

A análise do comportamento alimentar associado à prática da fé em cristãos demanda uma abordagem interdisciplinar que considera tanto os fundamentos espirituais quanto os aspectos éticos e culturais envolvidos. As Escrituras Sagradas fornecem um arcabouço ético-teológico que orienta os hábitos alimentares, destacando princípios como moderação, autocontrole e o cuidado com o corpo. Nesse contexto, a alimentação transcende sua função biológica, assumindo um papel simbólico e espiritual que influencia diretamente as escolhas comportamentais e os valores éticos dos fieis.

2.1 O corpo como templo do Espírito Santo

O apóstolo Paulo, em 1 Coríntios 6:19-20, destaca a importância de cuidar do corpo como um templo de Deus:**[10]**

> Acaso não sabem que o corpo de vocês é santuário do Espírito Santo, que habita em vocês, que lhes foi dado por Deus, e que vocês não são de si mesmos? Vocês foram comprados por alto preço. Portanto, glorifiquem a Deus com o seu corpo. (BÍBLIA, 2011).

Essa orientação sublinha que a forma como o corpo é tratado reflete a reverência ao Criador. No contexto alimentar, essa perspectiva sugere a responsabilidade de manter hábitos saudáveis, evitando excessos e práticas que possam comprometer a saúde física e espiritual.

A disciplina no comportamento alimentar também é associada à sabedoria. Em Provérbios 28:7, é dito: “Quem obedece à lei é filho sábio, mas o companheiro dos glutões envergonha o pai” (BÍBLIA, 2011).

Esse versículo relaciona a prática de autocontrole com a obediência a princípios espirituais, destacando que a moderação no comer e beber é parte do comportamento esperado de um cristão fiel.

Em Gálatas 5:19-21, Paulo apresenta uma lista de obras da carne, incluindo “bebedeiras e orgias”, que são incompatíveis com a vida cristã:

> As obras da carne são manifestas: adultério, fornicação, impureza, lascívia, idolatria. feitiçaria, inimizades, porfias, emulações, iras, pelejas, dissensões, heresias, invejas, homicídios, bebedices, glutonarias e coisas semelhantes. Eu os advirto, como antes já os adverti, que os que praticam essas coisas não herdarão o Reino de Deus (BÍBLIA, 2011).

Esse texto amplia a reflexão ao incluir práticas alimentares desregradas como comportamentos que desviam do ideal espiritual. Assim, cuidar da alimentação, evitando excessos e abusos, pode ser visto como parte da caminhada cristã para viver segundo os frutos do Espírito, que estão descritos no versículo seguinte: "Mas o fruto do Espírito é amor, alegria, paz, paciência, amabilidade, bondade, fidelidade, mansidão e domínio próprio. Contra essas coisas não há lei" (BÍBLIA, 2011).

Esse ensinamento reforça que a prática do autocontrole, refletida em escolhas alimentares conscientes e equilibradas, pode ser compreendida como uma manifestação espiritual, alinhando corpo e fé em harmonia.

2.2 Reflexões contemporâneas

No livro *O cuidado do corpo: Sabedoria bíblica para o bem-estar físico e espiritual*, Luciano Subirá (2024) argumenta que o cuidado com o corpo é um ato de adoração a Deus. Ele enfatiza que a saúde física e os hábitos alimentares equilibrados são indispensáveis para o cumprimento do propósito divino na vida do cristão. Segundo o autor, negligenciar o corpo equivale a desonrar o Criador, que confiou ao ser humano a responsabilidade por sua preservação. Subirá (2024) também destaca a importância da disciplina e do autocontrole como virtudes que refletem a maturidade espiritual. Ele relaciona o cuidado físico com a prática dos frutos do Espírito, como autocontrole e temperança, sugerindo que escolhas conscientes no campo alimentar são parte do testemunho cristão. Ao refletir sobre as Escrituras, ele incentiva os cristãos a adotarem uma perspectiva holística, onde a saúde física e a espiritualidade caminham juntas, permitindo uma vida plena e em conformidade com os valores bíblicos.**[8]**

O *Modelo Transteórico* de mudança de comportamento, desenvolvido por Prochaska e DiClemente (1983), propõe que as pessoas passam por uma série de estágios distintos ao modificar um comportamento, como no caso de hábitos alimentares ou abandono de vícios. O modelo é particularmente útil para entender o

processo de mudança em comportamentos relacionados à saúde, oferecendo uma abordagem gradual e adaptativa.

A fase pré-contemplativa é o primeiro estágio desse modelo e caracteriza-se pela ausência de reconhecimento do problema ou pela falta de intenção em realizar mudanças. Durante esse período, o indivíduo ainda não percebe que seu comportamento é prejudicial ou não está disposto a considerar a mudança. A pessoa não está consciente dos riscos associados ao comportamento, seja por negação, falta de informação ou resistência à mudança. Nesta fase, a intervenção geralmente precisa focar em aumentar a conscientização do indivíduo sobre os impactos negativos do seu comportamento e os benefícios da mudança. As estratégias utilizadas podem incluir educação sobre as consequências de hábitos alimentares inadequados ou outros comportamentos de saúde, buscando estimular a reflexão.**[11]** De acordo com o modelo transteórico, os indivíduos nesta fase precisam de motivação para avançar para os próximos estágios, como a contemplação, onde começam a reconhecer a necessidade de mudança. (Prochaska; DiClemente,1983).

No contexto de práticas alimentares e saúde, por exemplo, um indivíduo pode estar em fase pré-contemplativa se não perceber que sua alimentação está desequilibrada ou que seus hábitos alimentares estão associados a riscos de doenças. Intervenções direcionadas a essa fase podem incluir campanhas educativas ou atividades que incentivem a reflexão sobre os hábitos alimentares e os impactos à saúde. (Prochaska; DiClemente,1983).

2.3 A imagem corporal feminina e seus impactos nas práticas alimentares

De acordo com Sauerbronn, Teixeira e Lodi (2019), o corpo da mulher torna-se um objeto de constante investimento, tanto em termos de tempo quanto de recursos financeiros, o que reflete uma valorização social da aparência física como um indicador de sucesso pessoal. Nesse cenário, a mídia desempenha um papel crucial na construção e perpetuação dessa associação, especialmente por meio de revistas, programas televisivos e outras plataformas de comunicação. A imagem de atrizes, modelos e celebridades, de forma explícita ou implícita, é comumente associada à ideia de que as mulheres bem-sucedidas devem manter corpos magros

e musculosos, estar engajadas em práticas regulares de atividades físicas e demonstrar uma preocupação constante com a alimentação e os hábitos saudáveis.

Essa representação não só molda as expectativas sociais em relação à aparência feminina, mas também contribui para a internalização de padrões de beleza muitas vezes inatingíveis e desafiadores.

3 METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa transversal quantitativa realizada com cristãos evangélicos praticantes, que congregam na Igreja Batista da Lagoinha, localizada na cidade de Canoas, Rio Grande do Sul. Atualmente, a igreja conta com 2000 membros.

Foram convidados a participar da pesquisa os indivíduos que participam do grupo de jovens da igreja, cuja faixa etária varia entre 18 a 50 anos de idade e que se autodeclaram convertidos ao evangelho. Foram excluídas pessoas que nasceram em “berço cristão”, ou seja, que não possuíam uma vida “pré conversão” não tendo assim uma possível alteração de seu comportamento alimentar prévio por conta da crença, que se recusaram a assinar o termo de consentimento livre e esclarecido ou se negaram a participar da pesquisa. Foram coletadas variáveis como: idade, peso informado antes e depois da conversão, altura e possível presença de diagnóstico prévio de Doença Crônica Não Transmissível (DCNT) com o objetivo de excluir possíveis associações entre as alterações alimentares e comportamentais observadas.

Para a avaliação do consumo de alimentos ou grupos alimentares e padrão alimentar individual, foi aplicado o Questionário de Frequência Alimentar (QFA) no formulário onde o participante responde, no qual foi solicitado ao entrevistado informações qualitativas acerca da sua alimentação, a fim de ter conhecimento do seu padrão dietético, com mais de uma aplicação da ferramenta, a fim de contrastar o período que antecede a conversão e o que a precede, para obtenção dados fidedignos. (Apêndice 1)

Para verificar a espiritualidade, foi utilizada a escala de Religiosidade da Universidade de Duke (Durel), conforme Lucchetti G, Granero Lucchetti AL, Peres MJ, et al. (2012). A escala avaliou dimensões centrais da religiosidade como a religiosidade organizacional (frequência a Instituições, Templos ou Igrejas), não organizacional (atividades privadas, como preces, leituras, práticas meditativas) e religiosidade intrínseca (envolvimento subjetivo, dedicação e vivência dos ideais religiosos/espiritual). A escala apresentou 5 questões. As duas primeiras questões avaliaram a religiosidade organizacional e não organizacional, respectivamente, com pontuação de 1 a 6. As três últimas questões compõem o escore da religiosidade

intrínseca, com uma pontuação podendo variar de 3 a 15 pontos. Para divisão categórica entre religiosidade intrínseca alta e baixa, utilizou-se o ponto de corte maior ou igual a 10 pontos. (Apêndice 2)

Para verificar a questão do comportamento alimentar em relação à religião, foi elaborado um questionário seguido por 5 itens a serem respondidos em uma escala do tipo Likert, de acordo com o grau de concordância do participante com as afirmações (zero para “concordo totalmente” a cinco para “discordo totalmente”). (Apêndice 3).

Todas as perguntas foram respondidas a partir de um formulário eletrônico **(anexo 4).**, que foi encaminhado via WhatsApp para o participante da pesquisa. A assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (Apêndice 5). Foi enviado via e-mail para cada um dos participantes, onde os mesmos assinaram eletronicamente na plataforma Clicksign.

Considerando que há aproximadamente 75 membros convertidos do grupo de jovens da igreja na Igreja Batista da Lagoinha de Canoas que serão incluídos, temos os seguintes cálculos para o tamanho amostral:

$$n0 = 1 / E0\ 2$$

$$n= 75 \times 625/75 + 625$$

$$n= 48875/700$$

$$n\cong 70$$

O tamanho amostral final seria de 70 cristãos convertidos para termos uma amostra representativa da população. Embora o estudo tenha inicialmente proposto a inclusão de 70 participantes, a amostra final foi composta por 41 indivíduos. Essa redução deveu-se à recusa de parte dos convidados em responder ao questionário. Ainda assim, os dados coletados foram analisados com rigor metodológico, e a amostra obtida é suficiente para fornecer insights relevantes no contexto investigado. Portanto, recomenda-se cautela ao generalizar os resultados, e futuros estudos podem buscar estratégias para aumentar a adesão, como maior sensibilização dos participantes. A análise dos dados previamente tratados foi conduzida por meio de estatísticas descritivas, utilizando medidas de tendência central, como média aritmética e mediana. Para o processamento e a execução das análises, foi empregado o software Microsoft Excel 365.

4 RESULTADOS

As tabelas subsequentes apresentam a sistematização dos resultados obtidos na pesquisa, estruturados de maneira a facilitar a análise estatística e a interpretação crítica dos dados, em conformidade com os objetivos delineados no estudo.

4.1 Caracterização da amostra e diagnósticos iniciais

Para a caracterização e diagnóstico da amostra foram criadas duas tabelas. A tabela 1 mostra a distribuição de homens e mulheres com menos de 50 anos, categorizados pela presença ou ausência de doenças crônicas. Esses dados permitem a avaliação de padrões de saúde e diferenças entre os sexos.

Tabela 1: caracterização da amostra

Amostra	N	%
Idade *<50 anos*	41	100%
Sexo Masculino	12	26,26%
Sexo Feminino	29	70,73
Possui diagnóstico de doença crônica	2	4,87%

Fonte: dados obtidos pelos pesquisadores (2024)

A tabela 2 apresenta o diagnóstico nutricional por gênero, baseado no IMC, nos períodos pré e pós-conversão. Os dados permitem a comparação das mudanças na distribuição do estado nutricional entre os sexos.

Tabela 2: Diagnóstico nutricional por gênero segundo o IMC nos períodos pré e pós-conversão

Amostra*	N (pré conversão)	% (pré conversão)	N (pós conversão)	% (pós conversão)
Baixo Peso *Homens*	1	8,33	-	-
Eutrófico *Homens*	7	58,33	2	16,66
Eutrófico *Mulheres*	14	48,27	15	51,72
Sobrepeso *Homens*	2	16,66	7	58,33
Sobrepeso *Mulheres*	5	17,24	10	34,48
Obesidade grau I *Homens*	1	8,33	1	8,33
Obesidade grau I *Mulheres*	5	17,24	2	6,89
Obesidade grau II *Homens*	-	-	-	-
Obesidade grau II *Mulheres*	1	3,44	1	3,44
Obesidade grau III *Homens*	1	8,33	1	8,33
Obesidade grau III *Mulheres*	-	-	1	3,44

*9,75% (N=4) da amostra não lembra seu peso prévio, não sendo possível o diagnóstico nutricional pré- conversão

Fonte: dados obtidos pelos pesquisadores (2024)

A seguir apresentam-se os dados da avaliação qualitativa da alimentação dos participantes, tanto no período pré-conversão, quanto no pós-conversão.

4.2 Avaliação qualitativa da alimentação dos participantes através do QFA, segundo IMC no período pré-conversão

As tabelas 3, 4 e 5 apresentam os alimentos que os indivíduos relataram consumir com frequência no período pré-conversão.

Tabela 3: Ingestão de frutas, legumes, vegetais crus e leguminosas

Amostra*	N frutas	% frutas	N legumes	% legumes	N vegetais	% vegetais	N leguminosas	% (leguminosas)
Baixo peso	1	100	1	100	1	100	1	100
Eutrófico	13	61,9	13	61,9	8	38,06	12	57,14
Sobrepeso	5	71,4	2	29	4	57,14	2	29
Ob. I	1	33	1	33	1	33	1	33
Ob. II	1	100	1	100	1	100	1	100
Ob. III	0	0	0	0	0	0	0	0
Não recordam o peso prévio	3	75	0	0	0	0	0	0

Fonte: dados obtidos pelos pesquisadores (2024)

Tabela 4: Ingestão de carnes, ovos, laticínios e óleos:

Amostra*	N carnes	% carnes	N ovos	% ovos	N laticínios	% laticínios	N óleos	% óleos
Baixo peso	1	100	1	100	1	100	1	100
Eutrófico	18	85,71	19	90,47	14	66,66	10	47,61
Sobrepeso	5	71	4	57	4	57	1	14
Ob. I	3	50	3	50	4	67	2	33
Ob. II	1	100	1	100	1	100	0	0
Ob. III	0	0	0	0	0	0	0	0
Não recordam o peso prévio	1	25	1	25	1	25	0	0

Fonte: dados obtidos pelos pesquisadores (2024)

Tabela 5: Ingestão de ultraprocessados e doces:

Amostra	N ultraprocessados	% ultraprocessados	N doces	% doces
Baixo peso	1	100	1	100
Eutrófico	16	76,19	17	80,95
Sobrepeso	6	85,71	6	85,71
Ob.I	5	83	4	67
Ob. II	1	100	1	100
Ob. III	0	0	1	100
Não recordam o peso prévio	3	75	1	25

Fonte: dados obtidos pelos pesquisadores (2024)

A partir dos dados coletados na pré-conversão, a seguir apresentam-se os dados pós-conversão, a fim de compará-los.

4.3 Avaliação qualitativa da alimentação dos participantes através do QFA, segundo IMC no período pós-conversão

As tabelas 6, 7 e 8 apresentam os alimentos que os indivíduos relataram consumir com frequência no período pós-conversão. Os dados permitem a comparação com o período pré-conversão.

Tabela 6: Ingestão de frutas, legumes, vegetais crus e leguminosas

Amostra*:	N frutas	% frutas	N legumes	% legumes	N vegetais	% vegetais	N leguminosas	% leguminosas
Eutrófico	14	93,3	15	100	8	53,3	12	80
Sobrepeso	14	82,35	11	64,7	8	47,05	10	58,82
Ob. I	1	33	1	33	0	0	1	33
Ob. II	1	100	1	100	1	100	1	100
Ob. III	1	100	1	100	1	100	1	100

Fonte: dados obtidos pelos pesquisadores (2024)

Tabela 7: Ingestão de carnes, ovos, laticínios e óleos

Amostra	N carnes	% carnes	N ovos	% ovos	N laticínios	% laticínios	N óleos	% óleos
Eutrófico	15	100	14	93,33	10	66,66	7	46,66
Sobrepeso	13	76	14	82	9	53	10	29
Ob. I	2	67	1	33	1	33	1	33
Ob. II	1	100	1	100	1	100	0	0
Ob. III	1	100	1	100	1	100	0	0

Fonte: dados obtidos pelos pesquisadores (2024)

Tabela 8 – Ingestão de ultraprocessados e doces

Amostra*	N ultraprocessados	% ultraprocessados	N doces	% doces
Eutrófico	7	46,66	8	53,33
Sobrepeso	12	70,58	14	82,35
Ob.I	2	67	2	67
Ob. II	1	100	1	100
Ob. III	1	100	1	100

Fonte: dados obtidos pelos pesquisadores (2024)

A tabela 9 representa as considerações da amostra quanto a interferência da Bíblia Sagrada em seu comportamento alimentar. Os dados resultantes permitem avaliar a relação entre a Escritura Sagrada e o comportamento alimentar.

Tabela 9 – Interferência da Bíblia Sagrada no comportamento alimentar, segundo o entrevistado*:

Amostra	N	%
Concorda	26	61,9
Discorda	6	14,3
Nem concorda, nem discorda	10	23,8

*Em um contexto pós-conversão
Fonte: dados obtidos pelos pesquisadores (2024)

Tabela 10: Esforço significativo para viver a religião em todos os aspectos da vida, segundo o entrevistado*

Amostra*	**N**	**%**
Concorda	41	97,7
Discorda	0	0
Nem concorda, nem discorda	1	2,4

*Em um contexto pós-conversão
Fonte: dados obtidos pelos pesquisadores (2024)

A tabela 11 demonstra uma possível identificação do respondente quanto a diminuição da ingestão alimentar, de maneira involuntária.

Tabela 11: Identificação de mudanças no padrão alimentar, especificamente na redução da ingestão sem causa aparente*

Amostra*	**N**	**%**
Concorda	7	16,7
Discorda	26	61,9
Nem concorda, nem discorda	11	26,2

*Em um contexto pós-conversão
Fonte: dados obtidos pelos pesquisadores (2024)

A tabela 12 apresenta uma possível identificação do respondente quanto ao aumento da ingestão alimentar, de maneira involuntária.

Tabela 12: Identificação de mudanças no padrão alimentar, especificamente no aumento da ingestão sem causa aparente.*

Amostra*	N	%
Concorda	10	23,8
Discorda	18	42,8
Nem concorda, nem discorda	14	33,3

*Em um contexto pós-conversão
Fonte: dados obtidos pelos pesquisadores (2024)

5 DISCUSSÃO

A alimentação, além de ser um ato fisiológico, é também social e cultural, e, no contexto da fé cristã, pode influenciar o comportamento alimentar dos indivíduos. A Nutrição, como ciência moderna, estuda os nutrientes e suas funções no organismo, enquanto a comida carrega dimensões culturais e espirituais. Muitos cristãos evangélicos em processo de conversão enfrentam dificuldades para ajustar seus hábitos alimentares aos princípios bíblicos, resultando em contradições, como a popular frase no meio evangélico: "crente não bebe, mas come", associada a ingestão alimentar descompensada e diagnósticos de sobrepeso e obesidade, por exemplo. Este estudo investigou a relação entre a prática da fé e o comportamento alimentar dos cristãos evangélicos convertidos.

5.1 Mudanças no estado nutricional

Conforme observado na tabela 2, em relação aos homens, observou-se uma redução expressiva no percentual de indivíduos eutróficos, que caiu de 58,33% no período pré-conversão para 16,66% no pós-conversão. Em contrapartida, o percentual de sobrepeso aumentou de 16,66% para 58,33%, enquanto a prevalência de obesidade (graus 1 e 3) permaneceu estável, mantendo-se em 8,33% em ambas as fases. Esses dados sugerem que a conversão pode ter induzido mudanças no estilo de vida que impactaram o estado antropométrico, podendo estar relacionadas com alterações na percepção corporal e no padrão alimentar.

Entre as mulheres, na mesma tabela 2, também foram registradas alterações importantes. O percentual de eutrofia aumentou de 48,27% no período pré-conversão para 51,72% no pós-conversão, enquanto a prevalência de sobrepeso subiu de 17,24% para 34,48%. Em relação à obesidade grau 1, houve uma redução de 17,24% para 6,89%, enquanto o percentual de obesidade grau 2 permaneceu estável (3,44% em ambos os períodos). Notou-se, entretanto, o surgimento de obesidade grau 3 em 3,44% da amostra no período pós-conversão. Esses resultados indicam que as mudanças no estado antropométrico podem estar associadas a fatores comportamentais e psicossociais desencadeados pela prática religiosa, pode-se associar também o aumento do percentual de eutrofia na amostra

feminina com o conceito de sucesso pessoal intrínseco do público descrito relacionado ao corpo, aumentando de certa forma, o cuidado das mulheres em relação à sua alimentação quando comparadas aos homens. Algumas alterações podem encontrar respaldo em 1 Coríntios 6:19-20, que ensina sobre o corpo como templo do Espírito Santo: *"Portanto, glorifiquem a Deus com o corpo."* Essa passagem reforça que o cuidado com o corpo é tanto uma responsabilidade espiritual quanto física. De acordo com Subirá (2024), o cuidado com o corpo é uma expressão de sabedoria bíblica e deve ser encarado como uma forma de honrar a Deus.

5.2 Mudanças nos padrões alimentares

A análise das tabelas 3 e 6 da ingestão alimentar, baseada no Questionário de Frequência Alimentar (QFA), revelou transformações nos padrões alimentares dos participantes após a conversão religiosa. Observou-se um aumento notável no consumo de alimentos *in natura*, como frutas (51% para 75%), legumes (43,9% para 70%) e leguminosas (41,46% para 60,97%), o que indica uma melhoria na qualidade da dieta. O consumo de alimentos proteicos também apresentou elevações consideráveis conforme observado na comparação das tabelas 4 e 7 com o consumo de carnes passando de 68,29% para 78% e o de ovos subindo de 58% para 75,6%. A ingestão de óleos teve um leve aumento, de 34% para 43,9%. Em contraposição, registou-se uma redução no consumo de leite (58,53% para 53,65%), refletindo possíveis mudanças subjetivas nos padrões alimentares relacionados aos lácteos.

Além disso, ao analisar as tabelas 5 e 8, houve uma diminuição na ingestão de alimentos ultraprocessados (60% para 56%) e de doces (73,17% para 63,41%). Essas alterações sugerem uma busca consciente por uma dieta mais equilibrada, com menor consumo de produtos de baixo valor nutricional.Essas variáveis ressoam com os frutos do Espírito, descrito em Gálatas 5:19-21, que destaca o domínio próprio como fruto do Espírito, sugerindo que os indivíduos diminuíram a ingestão de alimentos que, em excesso, prejudicam a saúde.

5.3 A influência da fé nas escolhas alimentares

A Bíblia Sagrada foi identificada como uma importante referência para as escolhas alimentares dos participantes. Conforme descrito na tabela 9, a maioria (61,9%) declarou que os ensinamentos bíblicos influenciam diretamente suas decisões alimentares. Entretanto, 14,3% discordaram dessa influência, enquanto 23,8% se posicionaram de maneira neutra. Esses dados indicam que, embora a Bíblia possa desempenhar um papel significativo na formação dos hábitos alimentares, outros fatores culturais ou individuais podem também exercer influência. Essa perspectiva encontra ressonância em Gálatas 5:19-21, que destaca o domínio próprio como fruto do Espírito, a busca por viver de acordo com os preceitos religiosos, relatada por 98% da amostra, na tabela 10, demonstra um esforço consciente de alinhar os comportamentos, incluindo os alimentares, com os princípios de fé. Essa prática pode explicar as mudanças positivas nos hábitos alimentares observadas na pesquisa, como a maior ingestão de alimentos frescos e a redução no consumo de ultraprocessados e açúcares simples.

5.4 Mudanças espontâneas e motivações alimentares

Quando questionados sobre a ocorrência de uma redução na ingestão alimentar sem motivo aparente, 61,9% discordaram dessa afirmação, sugerindo que as mudanças alimentares observadas no decorrer do estudo foram motivadas por razões conscientes, como a influência da fé e dos ensinamentos bíblicos. No entanto, 16,7% afirmaram que a redução ocorreu sem uma motivação explícita, enquanto 26,2% se mantiveram neutros ou inseguros quanto à relação entre as práticas religiosas e a redução da ingestão, conforme descrito na tabela 11. Em contrapartida, na tabela 12, 23,8% da amostra concorda que sua ingestão aumentou no período pós-conversão, enquanto 48,2% discordam da mesma informação e 33,3% nem concordam e nem discordam. Essa variabilidade na percepção das motivações reflete a complexidade do comportamento alimentar, que pode ser influenciado por fatores internos e externos, podendo ressoar em um estado comportamental de pré-contemplação, onde o indivíduo ainda não tem consciência do “problema” e, por isso, não considera a mudança.

Provérbios 28:7 reforça a importância de observar as leis e viver de forma disciplinada, sugerindo que a intencionalidade é fundamental para escolhas conscientes e alinhadas com os princípios bíblicos. Os resultados evidenciam mudanças relevantes no estado nutricional e nos padrões alimentares dos participantes após a conversão religiosa. Essas alterações refletem uma combinação de influências espirituais, comportamentais e psicossociais, que promovem a adoção de práticas alimentares mais saudáveis e equilibradas. As correlações com os ensinamentos bíblicos e os princípios discutidos por Luciano Subirá (2024) demonstram que a prática religiosa pode servir como um guia para o autocuidado e o equilíbrio entre corpo e espírito. Embora as mudanças sejam amplamente positivas, as variações individuais observadas indicam que a relação entre fé e comportamento alimentar é multifatorial, exigindo uma análise mais aprofundada de fatores culturais, sociais e emocionais que complementam o impacto da espiritualidade.

6 CONCLUSÃO

Os achados deste estudo permitiram inferir que a prática da fé exerce uma influência sobre o comportamento alimentar e o estado nutricional dos participantes, evidenciando uma transição para padrões alimentares mais saudáveis, com maior consumo de alimentos i*n natura* e redução de ultraprocessados e açúcares. Além disso, os dados revelaram alterações no estado nutricional associadas ao contexto pós-conversão, apontando uma possível relação entre a adoção de práticas religiosas e mudanças comportamentais e de percepção corporal. Tais resultados refletem o potencial da espiritualidade como fator modulador de escolhas alimentares, com respaldo nos princípios bíblicos que destacam a moderação, o autocontrole e o cuidado com o corpo como componentes de uma vivência equilibrada.

A amostra foi limitada a um grupo específico, o que compromete a generalização dos resultados, e aspectos relevantes, como variáveis socioeconômicas, culturais e psicossociais. Não foram analisados em profundidade, limitando a abrangência das inferências. Portanto, destaca-se a necessidade de expandir o escopo das investigações futuras, especialmente por meio de estudos longitudinais que possibilitem avaliar a temporalidade das relações entre espiritualidade, comportamento alimentar e estado nutricional. Abordagens mais robustas, com amostras diversificadas e análise de fatores contextuais, podem oferecer bases mais consistentes para inferir o impacto multifatorial da fé sobre a saúde e o bem-estar.

Em síntese, este estudo contribui para um campo ainda pouco explorado, ao integrar perspectivas nutricionais e espirituais. Espera-se que esses resultados impulsionam novas pesquisas que avancem no entendimento da interface entre fé e saúde, proporcionando uma base científica sólida para intervenções interdisciplinares que promovam práticas de autocuidado alinhadas à espiritualidade, beneficiando tanto a saúde física quanto o equilíbrio emocional e espiritual dos indivíduos.

REFERÊNCIAS

ALVARENGA, Marle et al. **Nutrição comportamental**. São Paulo: Editora Manole. 2018.

BÍBLIA. *A Bíblia Sagrada: Nova Versão Internacional*. São Paulo: Editora Vida, 2011.

BRASIL. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. **Resolução n 0 466, de 12 de dezembro de 2012.** Disponível em: Minist�rio da Sa�de. Acesso de 14 nov. 2024.

CARVALHO MCVS, LUZ MT, PRADO SD. Comer, alimentar e nutrir: categorias analíticas instrumentais no campo da pesquisa científica. **Cienc Saúde Coletiva**. 2011;16(1):155-(63).

DORON R.; PARO, F. **Dicionário de psicologia**. São Paulo: Ática; 2001.

HOUAISS A, Villar MS. **Dicionário Houaiss da língua portuguesa**. Rio de Janeiro: Objetiva; 2009.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA – IBGE. **Projeções da população: Brasil e unidades da Federação.** revisão 2023.

PROCHASKA, J. O.; DICLEMENTE, C. C. Stages and processes of self-change of smoking: toward an integrative model of change. **Journal of Consulting and Clinical Psychology,** 51(3), 390-395. 1983.

SAUERBRONN, João Felipe Rammelt; TEIXEIRA, Camila Dos Santos; LODI, Marluce Dantas De Freitas. Saúde, estética e eficiência: relações entre práticas de consumo de alimentos as mulheres e seus corpos. **Cadernos EBAPE.BR** 17 (2): 389–402. 2019**.**

SUBIRÁ, Luciano. **O cuidado do corpo**: Sabedoria bíblica para o bem-estar físico e espiritual. Editora Mundo Cristao. 2024.

SZCZEŚNIAK, Małgorzata; TIMOSZYK-TOMCZAk, Celina. Religious Struggle and Life Satisfaction among Adult Christians: Self-Esteem as a Mediator. **Journal of Religion and Health**. 59 (6): 2833–56. 2020.

ZUIN LFS; ZUIN PB. Alimentação é cultura: aspectos históricos e culturais que envolvem a alimentação e o ato de se alimentar: [revisão]. **Nutire Rev Soc Bras Aliment Nutr.** 2009; 34(1):225-41.

APÊNDICE 1 – QUESTIONÁRIO DE FREQUÊNCIA ALIMENTAR (QFA)

Grupo / Alimento	Consumo frequente	Nunca/quase nunca	Consumo sazonal
Frutas			
Vegetais crus			
Legumes			
Lacticínios			
Carnes			
Ovos			
Leguminosas			
Óleos vegetais			
Grãos			
Ultraprocessados (fast foods, balas congelados, refrigerantes, suco de caixinha e etc.)			
Doces			

Fonte: Elaborado pelos pesquisadores (2024)

APÊNDICE 2 - ÍNDICE DE RELIGIOSIDADE DA UNIVERSIDADE DUKE

(1) Com que frequência você vai a uma igreja, templo ou outro encontro religioso?

1. Mais do que uma vez por semana
2. Uma vez por semana
3. Duas a três vezes por mês
4. Algumas vezes por ano
5. Uma vez por ano ou menos
6. Nunca

(2) Com que frequência você dedica o seu tempo a atividades religiosas individuais, como preces, rezas, meditações, leitura da bíblia ou de outros textos religiosos?

1. Mais do que uma vez ao dia
2. Diariamente
3. Duas ou mais vezes por semana
4. Uma vez por semana
5. Poucas vezes por mês
6. Raramente ou nunca

A seção seguinte contém três frases a respeito de crenças ou experiências religiosas. Por favor, anote o quanto cada frase se aplica a você.

(3) Em minha vida, eu sinto a presença de Deus (ou do Espírito Santo).

1. Totalmente verdade para mim
2. Em geral é verdade

3. Não estou certo

4. Em geral não é verdade

5. Não é verdade

(4) As minhas crenças religiosas estão realmente por trás de toda a minha maneira de viver.

1. Totalmente verdade para mim

2. Em geral é verdade

3. Não estou certo

4. Em geral não é verdade

5. Não é verdade

(5) Eu me esforço muito para viver a minha religião em todos os aspectos da vida.

1. Totalmente verdade para mim

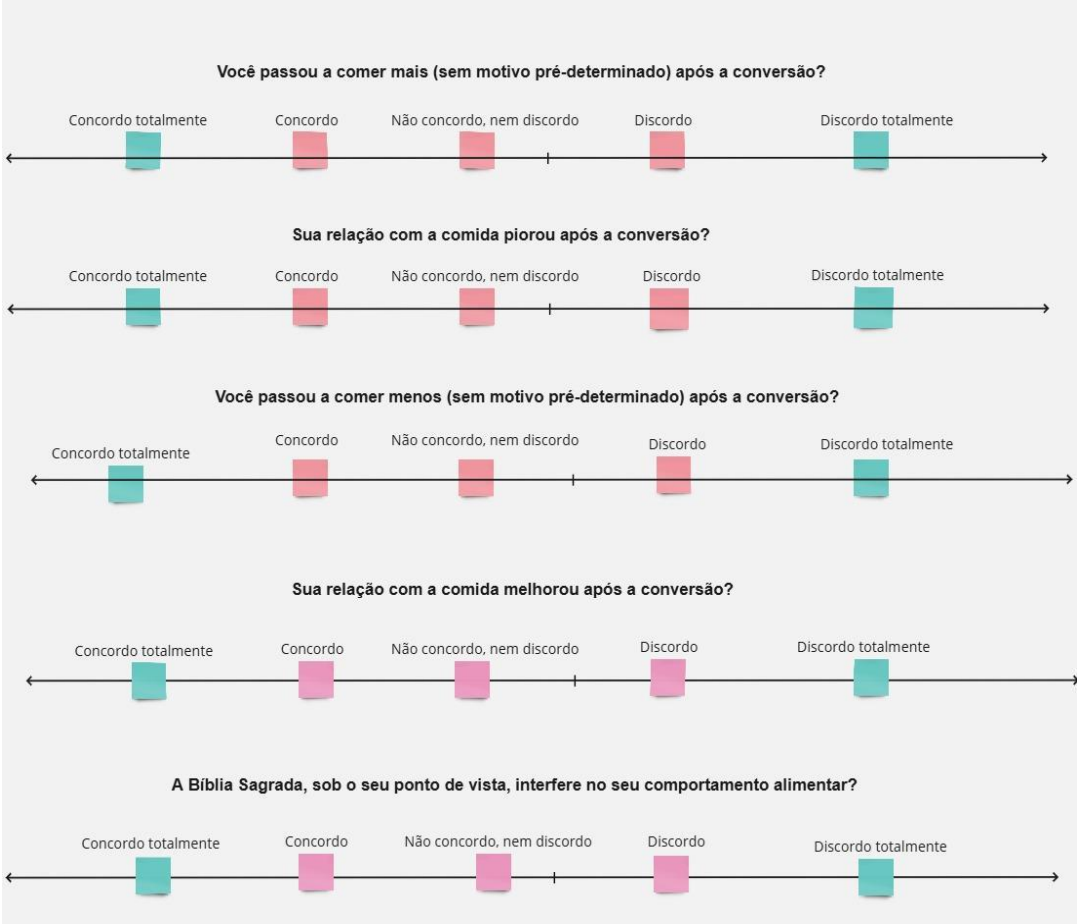
2. Em geral é verdade

3. Não estou certo

4. Em geral não é verdade

5. Não é verdade

APÊNDICE 3 – ESCALA TIPO LIKERT COM ASSOCIAÇÃO ENTRE O COMPORTAMENTO ALIMENTAR E A PRÁTICA DA FÉ



Fonte: Elaborado pelos pesquisadores (2024)

APÊNDICE 4 – FORMULÁRIO DE PERGUNTAS E RESPOSTAS ENVIADO AOS PARTICIPANTES

O formulário foi desenvolvido e disponibilizado no Google Forms.

Link: **https://forms.gle/v6bNF3UGS6SNiYE48**

APÊNDICE 5 – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)

Convite para Participação em Pesquisa

Olá!

Você está sendo convidado(a) a participar da pesquisa intitulada “Associação entre a Prática da Fé e o Comportamento Alimentar Em Cristãos Evangélicos Praticantes no Município de Canoas/RS”, que faz parte do projeto de TCC de Graduação da Pesquisadora Bárbara Dresch de Jesus na Universidade La Salle.

O que é esta pesquisa?

O objetivo da pesquisa é verificar a associação entre a prática da fé de cristãos convertidos e seu comportamento alimentar. A pesquisa busca identificar hábitos dietéticos e determinantes de escolha e consumo alimentar no âmbito cristão, verificar se há influência da Bíblia Sagrada na dieta do indivíduo, se o ato de congregar em um templo religioso interfere nas escolhas alimentares, e observar quais alterações comportamentais a conversão promoveu na vida do indivíduo.

O que você precisará fazer?

Para participar, você será convidado(a) a responder algumas perguntas relacionadas ao seu consumo alimentar antes e depois da conversão, seu peso estimado antes e depois da conversão, sua altura, questões relacionadas ao seu comportamento alimentar e prática do Evangelho e também questionamentos acerca da religião na sua vida. As perguntas serão realizadas através de um Google Formulário, que será aplicado de maneira totalmente on-line, sendo enviado via E-mail ou WhatsApp. O tempo estimado para essa atividade é de 10 minutos.

Informações Importantes:

Participação Voluntária: Sua participação é totalmente voluntária. Você pode decidir não participar ou se retirar da pesquisa a qualquer momento, sem qualquer prejuízo.

Confidencialidade: Não haverá gravação de áudio ou uso de imagens. Todos os dados coletados serão mantidos em sigilo e usados apenas para os fins desta pesquisa

Riscos e Benefícios: O risco previsível associados à sua participação é a reflexão acerca da sua alimentação, podendo causar um certo desconforto ao responder as perguntas. Não haverá benefícios diretos para os participantes através da pesquisa, porém a pesquisadora se compromete a devolver os resultados da pesquisa através dos canais de comunicação da igreja e, indiretamente, os resultados poderão trazer benefícios para a congregação através da identificação dos resultados obtidos, a fim de obter conhecimento acerca do tema. Há riscos específicos ao usar a internet, dispositivos eletrônicos ou fazer atividades online, por causa das limitações da tecnologia, tais como:

Vazamentos de Dados: Existe a possibilidade de que informações pessoais possam ser acessadas por pessoas não autorizadas, caso ocorram falhas nos sistemas de segurança, tendo em vista que os pesquisadores possuem limitações para assegurar totalmente a confidencialidade das informações;

Hacking: Há o risco de que criminosos cibernéticos possam tentar invadir o sistema e roubar dados sensíveis, como suas informações pessoais ou de contato;

Falhas de Segurança: Os sistemas utilizados para coletar e armazenar seus dados podem ter vulnerabilidades que, se exploradas, poderiam comprometer a segurança das suas informações;

Uso Indevido das Informações: Mesmo com a proteção, existe a chance de que suas informações possam ser usadas de forma inadequada por terceiros, se não forem devidamente protegidas;

Falta de Controle sobre Dados: Após o compartilhamento de suas informações, pode ser difícil controlar como elas são utilizadas ou armazenadas por outros.

A fim de evitar esses riscos, adotaremos diversas medidas de segurança, como o uso de criptografia e acesso restrito aos dados. No entanto, é importante que você esteja ciente desses riscos ao decidir participar do estudo. Para garantir seu bem-estar, a pesquisa será feita de maneira totalmente sigilosa.

Acompanhamento e Assistência: Em caso de dúvidas ou desconfortos, você pode entrar em contato com o Pesquisador responsável Francisco Stefani Amaro, pelo telefone 51 996777516 ou no e-mail fstefaniamaro@yahoo.com e com a Pesquisadora Bárbara Dresch de Jesus pelo telefone 51 989406580 ou e-mail barbara.202311042@unilasalle.edu.br. O Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade La Salle, também está disponível para suporte.

Uso dos Resultados: Os resultados serão utilizados para verificar se há ou não a associação entre a prática da fé e o comportamento alimentar do entrevistado, estes dados serão apresentados à banca avaliadora do Trabalho de Conclusão de Curso da Universidade La Salle, composta por professores habilitados para tal avaliação. O TCLE foi aprovado pelo CEP/Lasalle, você poderá acessar os resultados finais entrando em contato com a pesquisadora.

Liberdade e Privacidade: Você tem total liberdade para decidir se deseja participar e pode retirar seu consentimento a qualquer momento. A privacidade e o sigilo das informações serão garantidos durante toda a pesquisa, tendo em vista as limitações da tecnologia citadas anteriormente.

Garantias e Informações Adicionais:

Documento Assinado: Você receberá uma via no seu e-mail do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, assinado por você e pelos pesquisadores eletronicamente.

Aprovação Ética: Este documento foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) sob o número 0/2024 da Universidade La Salle.

Contato com o CEP: Para mais informações ou esclarecimentos, entre em contato com o CEP pelo e-mail cep.unilasalle@unilasalle.edu.br ou pelo telefone 51 3476.8213. O atendimento é realizado de segunda a sexta-feira, conforme horário abaixo:

Segunda-feira: 09h às 12h

Terça-feira: 15h30min às 18h30min

Quarta-feira: 16h às 20h

Quinta-feira: 09h às 12h

Sexta-feira: 13h30min às 18h30min

O CEP está localizado na sala 215-1, no 2º andar do prédio 1, ao lado do elevador 6.

Como Participar?

Se você concorda em participar, por favor, assine eletronicamente.

Agradecemos a sua colaboração!

ANEXO 1 – PARECER CONSUBSTANCIADO DO COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA

UNIVERSIDADE LA SALLE - UNILASALLE

PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: ASSOCIAÇÃO ENTRE A PRÁTICA DA FÉ E O COMPORTAMENTO ALIMENTAREM EM CRISTÃOS EVANGÉLICOS PRATICANTES NO MUNICÍPIO DE CANOAS/RS.

Pesquisador: Francisco Stefani Amaro

Área Temática:

Versão: 2

CAAE: 83129024.0.0000.5307

Instituição Proponente: SOCIEDADE PORVIR CIENTIFICO

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 7.155.023

Apresentação do Projeto:

Apresentação do Projeto: Projeto com foco na elaboração de trabalho de conclusão de curso de discente do curso de Graduação em Nutrição da Universidade La Salle.

Tema: Fé e comportamento alimentar.

Problema: Em uma população de indivíduos cristãos evangélicos praticantes, qual é a associação entre a prática de fé e o comportamento alimentar?

Hipótese: Em uma população de indivíduos cristãos evangélicos praticantes, há uma associação entre a prática de fé e o comportamento.

Cronograma da pesquisa:

Submissão ao CEP 10/09/2024 01/09/2024

Coleta de dados 11/10/2024 26/10/2024

Análise dos dados coletados 26/10/2024 16/10/2024

Redação do artigo científico 27/11/2024

Apresentação a banca examinadora 10/12/2024 10/12/2024

Locais de realização: a Igreja Batista da Lagoinha, localizada na cidade de Canoas, Rio Grande do Sul.

Critérios de Inclusão:

Serão convidados a participar da pesquisa os indivíduos que participam do grupo de jovens da igreja, cuja faixa etária varia entre 18 a 50 anos de idade.

Endereço: Avenida Victor Barreto, 2288, Prédio 01 - 2º andar - Sala 215
Bairro: Centro **CEP:** 92.010-000
UF: RS **Município:** CANOAS
Telefone: (51)3478-8213 **E-mail:** cep.unilasalle@unilasalle.edu.br

Critérios de Exclusão: Serão excluídas pessoas que são cristãs praticantes desde o seu nascimento e primeira infância, ou seja, que não obtiveram uma mudança no seu comportamento e que se recusarem a assinar o termo de consentimento livre e esclarecido ou se negarem a participar da pesquisa

População de estudo: Cristãos convertidos

Amostragem: (nº e cálculo de amostra)

Considerando que há aproximadamente 75 membros convertidos do grupo de jovens da igreja na Igreja Batista da Lagoinha de Canoas que serão incluídos e admitindo que os erros amostrais não ultrapassem 4%, temos os seguintes cálculos para o tamanho amostral: n0 = 1/ E0 2 n= 75 x 625/75 + 625 n= 48875/700 n¿ 70 O tamanho amostral final deverá ser de 70 cristãos convertidos para termos uma amostra representativa da população.

Metodologia da pesquisa:

Trata-se de uma pesquisa transversal quantitativa que será realizada com cristãos evangélicos praticantes, que congregam na Igreja Batista da Lagoinha, localizada na cidade de Canoas, Rio Grande do Sul.

Atualmente, a igreja conta com 2000 membros. Serão coletadas variáveis como sexo, idade, peso informado antes e depois da conversão, estatura e índice de massa corporal (IMC). Para a avaliação do consumo de alimentos ou grupos alimentares e padrão alimentar individual, será aplicado o Questionário de Frequência Alimentar (QFA) no ato da entrevista. Para verificar a espiritualidade, será utilizada a escala de Religiosidade da Universidade de Duke (Durel), conforme Lucchetti G, Granero Lucchetti AL, Peres MJ, et al. (2012). A escala avalia dimensões centrais da religiosidade como a religiosidade organizacional (frequência a Instituições, Templos ou Igrejas), não organizacional (atividades privadas, como preces, leituras, práticas meditativas) e religiosidade intrínseca (envolvimento subjetivo, dedicação e vivência dos ideais religiosos/espiritual). Para divisão categórica entre religiosidade intrínseca alta e baixa, utilizou-se o ponto de corte maior ou igual a 10 pontos. Para verificar a questão do comportamento alimentar em relação a religião, foi elaborado um questionário seguido por 5 itens a serem respondidos em uma escala do tipo Likert.

Procedimentos empregados para coleta de dados:

Todas as perguntas serão respondidas a partir de um formulário, que será encaminhado via WhatsApp ou E-mail para o participante da pesquisa.

Análise de dados: As variáveis contínuas serão apresentadas na forma de média e desvio padrão ou de mediana e intervalo interquartil e comparadas com o teste t-Student ou o teste U

de Mann-Whitney conforme indicado. As variáveis categóricas serão analisadas pelo teste do qui-quadrado. A correlação entre duas variáveis contínuas será realizada por correlação de Pearson ou de Spearman. As variáveis com plausibilidade biológica para a ocorrência do desfecho serão incluídas no modelo de regressão logística. Em todas as
análises, será adotado como nível para significância estatística um valor de p <0,05. A análise estatística será realizada com o software SPSS versão 20.0.

Objetivo da Pesquisa:

Objetivo geral:

Verificar a associação entre a prática da fé de cristãos praticantes e seu comportamento alimentar.

Objetivos específicos:

identificar hábitos dietéticos, identificar determinantes de escolha e consumo alimentar;

verificar se há influência da Bíblia Sagrada na dieta do indivíduo;

verificar se o ato de congregar em um templo religioso interfere nas escolhas alimentares, e observar quais alterações comportamentais a conversão promoveu na vida do indivíduo.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Riscos:

Os riscos que a pesquisa pode proporcionar ao entrevistado é a reflexão acerca da sua alimentação e de sua escolha religiosa, podendo gerar um certo desconforto ao responder as perguntas.

Benefícios:

Não haverá benefícios diretos para os participantes através da pesquisa, porém a pesquisadora se compromete a devolver os resultados da pesquisa através dos canais de comunicação da igreja e, indiretamente, os resultados poderão trazer benefícios para a congregação, através da identificação dos resultados obtidos, a fim de obter conhecimento acerca do tema.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

Estudo com tema relevante e instigante

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Apresentados

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Responderam e adequaram as pendências solicitadas.

Demais informações no item "considerações finais a critérios do CEP".

Considerações Finais a critério do CEP:

Para pesquisas realizadas de forma presencial é necessário a apresentação do Termo de compromisso livre e esclarecido (TCLE) ao Comitê de ética em Pesquisa para que seja aplicado o carimbo de aprovação.

Até 180 dias após do término da pesquisa, com intuito de esclarecer se a mesma foi desenvolvida em conformidade com os aspectos éticos propostos, pesquisador deve anexar na PB o relatório final. O modelo do relatório encontra-se no site da Universidade La Salle, na página do CEP.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇOES_BASICAS_DO_PROJETO_2408848.pdf	03/10/2024 23:04:55		Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE.pdf	03/10/2024 23:04:07	BARBARA DRESCH DE JESUS	Aceito
Outros	pendencias.pdf	03/10/2024 22:59:55	BARBARA DRESCH DE JESUS	Aceito
Declaração de Pesquisadores	encaminhamento.pdf	10/09/2024 20:10:32	BARBARA DRESCH DE JESUS	Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	instituicao.pdf	10/09/2024 20:10:17	BARBARA DRESCH DE JESUS	Aceito
Outros	Protocolo.pdf	10/09/2024 20:10:04	BARBARA DRESCH DE JESUS	Aceito
Folha de Rosto	Folha.pdf	10/09/2024 20:07:58	BARBARA DRESCH DE JESUS	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Projeto.pdf	09/09/2024 23:09:55	BARBARA DRESCH DE JESUS	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:
Não

CANOAS, 14 de Outubro de 2024

Assinado por:
Márcia Welfer
(Coordenador(a))

Endereço: Avenida Victor Barreto, 2288, Prédio 01 - 2º andar - Sala 215
Bairro: Centro **CEP:** 92.010-000
UF: RS **Município:** CANOAS
Telefone: (51)3478-8213 **E-mail:** cep.unilasalle@unilasalle.edu.br