



## AVALIAÇÃO NUTRICIONAL DE ACADÊMICOS DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR

<sup>1</sup>Vivian Butzker da Costa, <sup>1</sup>Maura Floriano, <sup>1</sup>Morgana Amaral, <sup>1</sup>Aline Lemos, <sup>2</sup>Reni Rockenbach, <sup>2</sup>Mônica Palomino de los Santos

O Brasil vem sofrendo uma transição nutricional nos últimos anos, muito decorrente da industrialização, com queda nos índices de desnutrição e aumento do sobrepeso e obesidade. Caracterizado pelo alto consumo de alimentos processados, de baixo teor nutricional e alto valor energético e redução da ingestão de frutas, verduras, legumes e cereais integrais. Avaliar o comportamento alimentar adotado por estudantes universitários na Universidade da Região da Campanha, Campus Bagé/RS e estudar a associação entre o comportamento alimentar com as variáveis em estudo. Foi realizado um estudo quantitativo descritivo com os acadêmicos da Universidade da Região da Campanha de Bagé, de ambos os sexos, que voluntariamente manifestaram interesse em participar do estudo assinando o termo de consentimento livre esclarecido. Os dados foram coletados nos meses de setembro e outubro do ano de 2016, totalizando uma amostra final de 235 estudantes. Para a avaliação nutricional foi utilizada uma balança digital com carga máxima de 150 kg para verificar o peso dos estudantes e para a medida de altura, fita métrica fixada à parede. A partir de dados antropométricos (peso e estatura) foi calculado o Índice de Massa Corporal (IMC) e classificado o estado nutricional seguindo os critérios da Organização Mundial da Saúde. Os pontos de corte de IMC utilizados foram de acordo com a orientação da OMS, baixo peso (IMC < 18,5); eutrofia (IMC 18,5-24,99); sobrepeso (IMC 25-29,99) e obesidade (IMC ≥ 30,00). As variáveis do estudo foram digitadas formando um banco de dados no *software Epi data versão 3.1*, sendo assim calculada a frequência, média, valores mínimos e máximos. Observou-se que a maioria dos entrevistados apresentou uma idade média de 22, sendo a mínima de 17 e máxima de 46 anos, 60,4% eram do sexo feminino e 39,6% do sexo masculino. A maioria dos entrevistados pertencia à área de ciências sociais e aplicadas representando 33,6% dos alunos, seguido pela área de ciências da saúde com 30,7%. A maioria (51,9%) cursando do quinto ao décimo semestre. Quanto à moradia verificou-se que 71,5% moravam com os pais. Em relação à prática de atividade física, mais da metade, (56,2%) dos alunos tinham este hábito. Na avaliação antropométrica foi identificado peso médio de 68 kg, variando entre 41 e 151 kg e, altura média de 1,68m, com limites de 1,49 e 1,96m. Quanto ao estado nutricional, verificou-se que 57,9% encontravam-se eutróficos, o

<sup>1</sup> Discentes do Curso de Nutrição - Urcamp

<sup>2</sup> Prof<sup>ª</sup> Doutoradas do Curso de Nutrição - Urcamp

restante (38,7%) estavam acima do peso, sendo sobrepeso (26,8%) e obesidade (11,9%). Em relação ao baixo peso foi encontrado um percentual de 3,4%. A inadequação de hábitos de consumo está diretamente relacionada com o diagnóstico nutricional encontrado, onde verificou-se que 58,7% consumiam a gordura aparente das carnes, 77% frituras e 87,7% doces. Entretanto a maioria (60,9%) dos universitários ainda mantém o hábito de não substituir refeições principais por lanche. Conclui-se que embora a maioria dos estudantes tenha apresentado um bom estado nutricional e hábitos de atividade física, uma grande parcela se encontrava acima do peso, com hábitos alimentares inadequados, salienta-se a necessidade de medidas de intervenção nutricional com a população estudada.

**Palavras- chave:** Universitários, avaliação nutricional, consumo.