

AVALIAÇÃO DO PADRÃO DE CONSUMO E HÁBITOS ALIMENTARES DE ADOLESCENTE DO IFG GOIÂNIA OESTE

Emilly Victória Cavalcante de Melo (IC), Manuela Costa Gomes Tavares (IC), Karla de Aleluia Batista (PQ)*

PIBIC-EM/PIBIC/PIBITI
Câmpus Goiânia Oeste
* karla.batista@ifg.edu.br

Palavras Chave: Padrão alimentar; Adolescentes; Alimentos ultraprocessados; Doenças crônicas.

Introdução

Os hábitos alimentares dos adolescentes podem influenciar sua nas suas condições de saúde e bem-estar, além de aumentar o risco de doenças crônicas na fase adulta. Desse modo, o presente trabalho teve por objetivo a obtenção de dados sobre o padrão de consumo e hábitos alimentares de estudantes dos cursos técnicos integrados do Instituto Federal de Goiás, Campus-Goiânia Oeste.

Metodologia

Foi realizada uma pesquisa de campo, descritiva e exploratória, de abordagem qualitativa (CAAE 54627221.1.0000.8082). A pesquisa foi realizada utilizando-se aplicação de questionário para a caracterização socioeconômica e determinação dos hábitos alimentares e padrão de consumo de alimentos pelos estudantes.

Resultados e Discussão

A amostra foi composta por 92 indivíduos, sendo 69 do sexo feminino e 23 do sexo masculino, com idade entre 14 a 37 anos e pertencentes aos cursos técnicos em Análises Clínicas, Nutrição e Dietética Vigilância em Saúde.

Com os dados de peso e altura obtidos no questionário foi calculado índice de massa corporal dos participantes do estudo e os resultados evidenciaram que 64,13% dos indivíduos eram eutróficos, 8,7% dos participantes estavam em situação de sobrepeso e 7,6% da amostra apresentou situação de obesidade (Figura 1). De modo geral, todos os indivíduos do estudo fazem, ao menos 2 refeições no dia (almoço e jantar), tendo o costume de realizar as refeições assistindo TV ou mexendo no computador e/ou celular. No que se refere ao consumo de alimentos cotidianos, 78,26% dos entrevistados (n=72) fazem ingestão cotidiana de arroz, feijão, carne e salada. Dentre as hortaliças e legumes mais comumente consumidos destacam-se o tomate (16,54%), alface (13,58%) e cenoura (13,38%). A análise de correlação confirmou a tendência saudável dos indivíduos de modo que, pessoas que rotineiramente comem mais frutas,

também fazem maior consumo de hortaliças ($r= 0,27$) e comidas cotidianas como feijão ($r= 0,21$).

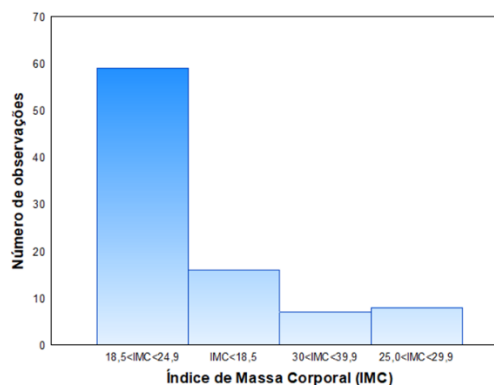


Figura 1. Histograma do IMC dos participantes do estudo (n=92).

Além disso, os resultados da análise de correlação reforçaram a associação entre hábitos não saudáveis de alimentação onde uma maior ingestão de doce/guloseimas está associada à uma maior ingestão de bebidas adoçadas e lanches rápidos. Dentre as bebidas adoçadas mais comumente consumidas estão os sucos de caixinha (31,60), refrigerante (31,13%) e suco de frutas (polpa) com adição de açúcar (17,45%).

Conclusões

O presente trabalho evidenciou que, em geral, os estudantes do Câmpus Goiânia Oeste apresentam um padrão misto de alimentação, com uma tendência a um padrão mais saudável de ingestão de alimentos, apesar de alguns indivíduos ainda apresentarem consumo frequente de alimentos industrializados, com ingestão frequente de refrigerantes, embutidos e doces.

Agradecimentos

Os autores agradecem o financiamento de bolsa PIBIC pelo CNPq.