



## PREVALÊNCIA DE SOBREPESO E OBESIDADE EM TRABALHADORES NOTURNOS ESTUDANTES DE ENFERMAGEM

Deisy Liana Ferracine

### Resumo

A cronobiologia é a área da biologia que estuda a relação dos seres vivos com a passagem do tempo e em decorrência das mudanças da sociedade atual, observa-se o crescimento da escala de trabalho em turnos, consequentemente trazendo alterações nos ritmos circadianos e alterações hormonais, o que gera, muitas vezes, como consequência, o desenvolvimento de doenças crônicas como, apneia, obesidade, depressão, envelhecimento precoce, problemas cardíacos e gastrointestinais, alterações do sono e fadiga. Além disso, nota-se que surgem os maus hábitos alimentares e o descuido com a qualidade da alimentação, que podem estar relacionados à ingestão de alimentos de fácil preparo, com baixa qualidade nutricional, o que possibilita o aparecimento de transtornos digestivos. A pesquisa tem por objetivo verificar a prevalência de sobrepeso e obesidade a partir do índice de massa corpórea, aferido pelo peso e altura relatados por estudantes de enfermagem de uma instituição privada de ensino superior de Curitiba-PR, que realizam plantões noturnos, bem como a aplicação de um questionário para verificar a percepção do aumento de sobrepeso e obesidade após o início do trabalho noturno e demonstrar a realidade dos seus hábitos alimentares. O presente estudo tem como hipótese encontrar sobrepeso e obesidade nos indivíduos pesquisados, e também uma porcentagem relatando não possuir hábitos alimentares saudáveis. O trabalho encontra-se em andamento.

**Palavras-chave:** trabalho noturno; ritmo circadiano; sobrepeso e obesidade; melatonina.