

AVALIAÇÃO NUTRICIONAL E ANTROPOMÉTRICA DE ESTUDANTES DO SEGUNDO ANO DE NUTRIÇÃO

Martins, JSS.(IC)*
Paganotto, M. (PQ)**

INTRODUÇÃO

Este projeto teve a finalidade de conhecer as futuras profissionais da nutrição em relação à consciência de sua importância na sociedade. É preocupante o fato de estudantes da saúde não compreenderem a importância em adotar práticas saudáveis, uma vez que demonstrar maus hábitos e não empregar conhecimentos básicos em suas próprias vidas, podem interferir na prática profissional.

Objetivos: Avaliar o perfil nutricional das estudantes do segundo ano do curso de nutrição das Faculdades Integradas do Brasil.

Biografia

*Faculdades Integradas do Brasil (UNIBRASIL), Curitiba-PR/Brasil
e-mail:julianaseiler@hotmail.com

**Faculdades Integradas do Brasil (UNIBRASIL), Curitiba-PR/Brasil

MATERIAL E MÉTODO

Das 21 alunas convidadas 10 (47,6%) aceitaram participar e foram submetidas a análise da composição corporal através de bioimpedância (BIA), além de peso, altura e circunferência abdominal (CA). Os hábitos alimentares foram avaliados através de questionário de frequência alimentar (QFA), recordatório alimentar 24 horas, e questionário sobre escolha do curso, comportamento alimentar e prática de atividade física.

RESULTADOS

As dez alunas têm idade média de 26 (\pm 9,29) anos. De acordo com a BIA 2 (20%) estão com excesso de gordura corporal. Pelo IMC 1 (10%) está abaixo do peso e 1 (10%) sobrepeso. A CA revelou que 2 (20%) tem alto risco de desenvolver doenças

cardiovasculares e 2 (20%) risco moderado. Gostar de alimentação saudável foi o motivo de escolha do curso para cinco (50%). Duas (20%) aumentaram o consumo de alimentos naturais, enquanto 2 (20%) revelaram aumento no consumo de lanches. A utilização do fracionamento e maior consumo de leite e água encontrou-se em 10(10%), enquanto 3 (30%) relataram menor consumo de alimentos não nutritivos. Quanto ao consumo de micronutrientes apenas 2 (20%) atingiram a recomendação. A ansiedade e nervosismo atingem 100% das estudantes, 20% são praticantes de atividade física.

CONCLUSÃO

A mudança de estilo de vida e hábitos alimentares inicia-se já no início do curso, porém algumas estudantes ainda não demonstraram consciência quanto a necessidade de práticas saudáveis, que pode ser adquiridas no avançar do curso.