



FACULDADE UNIÃO DE GOYAZES
CURSO DE NUTRIÇÃO

JORDANA LOPES DA SILVA

RONÍZIA CRISTINA NUNES DE OLIVEIRA

**ESTADO NUTRICIONAL E CONSUMO ALIMENTAR DOS UNIVERSITÁRIOS DE
NUTRIÇÃO DA FACULDADE UNIÃO DE GOYAZES**

Orientadora: Prof. Esp. Polianna Ribeiro Santos

Trindade – GO

2017
FACULDADE UNIÃO DE GOYAZES
CURSO DE NUTRIÇÃO

**ESTADO NUTRICIONAL E CONSUMO ALIMENTAR DOS UNIVERSITÁRIOS DE
NUTRIÇÃO DA FACULDADE UNIÃO DE GOYAZES**

Jordana Lopes da Silva
Ronízia Cristina Nunes de Oliveira

**Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado à Faculdade União de
Goyazes para obtenção de título de
bacharel em Nutrição.**

Orientadora: Prof. Esp. Polianna Ribeiro Santos

Trindade – GO

2017
Jordana Lopes da Silva

Ronízia Cristina Nunes de Oliveira

**ESTADO NUTRICIONAL E CONSUMO ALIMENTAR DOS UNIVERSITÁRIOS DE
NUTRIÇÃO DA FACULDADE UNIÃO DE GOYAZES**

Artigo de Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado à Faculdade União de
Goyazes como requisito à obtenção do
título de Bacharel em Nutrição, aprovada
pela seguinte banca examinadora:

Prof. Orientadora: Esp. Polianna Ribeiro Santos
Faculdade União de Goyazes

Prof. Interno: Me. Ingryd Garcia de Oliveira
Faculdade União de Goyazes

Prof. Externo: Esp. Renata David de Moraes

Trindade – GO
2017

SUMÁRIO

1 - INTRODUÇÃO	05
2 – MATERIAIS E MÉTODOS	08
2.1 Tipo de estudo	08
2.2 Local de estudo	08
2.3 População de estudo	08
2.4 Variáveis estudadas	09
2.4.1 Variáveis antropométricas	09
2.4.2 Variáveis sociodemográficas	11
2.5 Consumo Alimentar	11
2.6 Análise de dados	11
2.7 Aspectos éticos	12
3 - RESULTADOS E DISCUSSÃO	12
4 - CONCLUSÃO	22
5 - REFERÊNCIAS	23
APÊNDICES	28

ESTADO NUTRICIONAL E CONSUMO ALIMENTAR DOS UNIVERSITÁRIOS DE NUTRIÇÃO DA FACULDADE UNIÃO DE GOYAZES

Jordana Lopes da Silva¹
Ronízia Cristina Nunes de Oliveira¹
Polianna Ribeiro Santos²

RESUMO

Este estudo teve como objetivo investigar a associação entre o estado nutricional e o consumo alimentar dos Universitários de Nutrição da Faculdade União de Goyazes. Foi realizado um estudo descritivo transversal com estudantes matriculados no curso de nutrição da Faculdade União de Goyazes. Foram coletados dados antropométricos de peso, altura e Circunferência da Cintura. Em seguida calculou-se o Índice de Massa Corporal para determinação do diagnóstico nutricional e classificou-se a Circunferência da Cintura para identificação de obesidade abdominal. Aplicou-se um questionário sociodemográfico para obter informações relacionadas a idade, sexo, cor da pele e renda mensal familiar, além de dados do consumo alimentar. Participaram do estudo 45% (n= 77) do total de acadêmicos do curso de nutrição, apresentando média de idade de 25 anos e predominância do sexo feminino (n= 70, 90,91%). O diagnóstico nutricional pelo IMC revelou que 61,04% dos acadêmicos se encontravam eutróficos e 24,7% com sobrepeso e 33,37% com obesidade. Os dados da circunferência da cintura, em concordância com o IMC, indicaram diagnóstico adequado entre 66,23% (n=51) dos acadêmicos. A frequência do consumo de frutas e verduras ocorre, respectivamente entre 49,35% e 46,75% dos alunos durante uma vez ou mais por dia. Dos alimentos ultraprocessados, na frequência de pelo menos 1 vez dia o chocolate é consumido por 62,34% dos alunos. Concluiu-se que existe uma associação significativa apenas entre o estado nutricional de magreza, eutrofia e sobrepeso com a realização do almoço. Apesar da ausência de uma associação significativa entre o estado nutricional com o consumo de alimentos in natura ou minimamente processados, processados e ultraprocessados, todos os acadêmicos consomem algum tipo de alimento ultraprocessados ao menos uma vez por dia.

PALAVRAS-CHAVE: Acadêmicos, Consumo alimentar e Nutrição

NUTRITIONAL STATUS AND FOOD CONSUMPTION OF UNIVERSITY NUTRITION FACULDADE UNIÃO DE GOYAZES

ABSTRACT

¹ Acadêmicas do Curso de Nutrição da Faculdade União de Goyazes

² Orientadora: Prof. Esp. do curso de Nutrição da Faculdade União de Goyazes

This study aimed to investigate the association between nutritional status and food consumption of Nutrition University of the União de Goyazes College. A cross - sectional descriptive study was carried out with students enrolled in the Nutrition course of the União de Goyazes College. Anthropometric data were collected on waist weight, height and waist circumference for determination of nutritional diagnosis using the Body Mass Index and Waist Circumference classification. A sociodemographic questionnaire was applied to obtain information related to age, sex, skin color and monthly family income, in addition to food consumption. 45% (n = 77) of the total number of students in the nutrition course participated in the study, with a mean age of 25 years and female predominance (n = 70, 90.91%). The nutritional diagnosis by BMI revealed that 61.04% of the students were eutrophic and 24.7% were overweight and 33.37% were obese. Waist circumference data, in agreement with BMI, indicated an inadequate diagnosis among 66,23% (n = 51) of the students. The frequency of consumption of fruits and vegetables occurs, respectively, between 49.35% and 46.75% of students for once or more per day. Of the ultraprocessed foods, in the frequency of at least 1 time day the chocolate is consumed by 62,34% of the students. It was concluded that there is a significant association only between the nutritional state of leanness, eutrophy and overweight with the lunch. Despite the absence of a significant association between nutritional status and consumption of in natura or minimally processed, processed and ultraprocessed foods, all academics consume some type of ultraprocessed food at least once a day.

Keywords: Academics, Food consumption and Nutrition

1 – INTRODUÇÃO

A população Brasileira nas últimas décadas vem sofrendo processo de transição demográfica, epidemiológica e nutricional que está influenciando o estilo de vida da população. As mudanças no estilo de vida levou ao aumento do consumo de alimentos processados e ultraprocessados, sedentarismo que estão associado aos riscos de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) (LOUZADA *et al.*, 2015).

A alimentação saudável fundamenta-se no fracionamento das refeições e na estabilidade do consumo dos alimentos. Esta alimentação é baseada na ingestão, em especial, de alimentos naturais como hortaliças, frutas, ovos, óleo vegetal, raízes e legumes. Tal ingestão envolve o consumo dos alimentos em quantidades apropriadas, visto que algumas características

intrínsecas como altura, idade e peso devem ser consideradas (SICHIERI *et al.*, 2000).

Já a alimentação inadequada, a qual apresenta alto teor de gorduras, açúcar e excesso de macro e micronutrientes, pode ocasionar prejuízo na vida do indivíduo, gerando risco à saúde e influenciando no aparecimento de DCNT (obesidade, diabetes mellitus tipo 2, dislipidemias, hipertensão arterial sistêmica, síndrome metabólica, doenças cardiovasculares e neoplasias), consideradas um sério problema de saúde pública (BARRETO *et al.*, 2005).

A inserção dos indivíduos no mercado de trabalho, por exemplo, gera mudanças nos padrões alimentares da população, devido transição demográfica, epidemiológica e nutricional, levando as famílias ingerir maior proporção de alimentos ultraprocessados e embutidos. A concentração das populações nos grandes centros promoveu a possibilidade de acesso à alimentos ultraprocessados (PEDRAZA, 2013).

Além disso, acesso aos alimentos saudáveis como frutas, legumes e verduras pode estar associada ao nível sócio-econômico. Um estudo apontou que mulheres de maior renda possuíam 2,25 vezes maior chance de consumir frutas, legumes e verduras, em relação às aquelas de menor nível socioeconômico, uma vez que os valores de circunferência da cintura entre os indivíduos destas duas classes tende a variar entre 1,38 e 3,65, apresentando diferença estatística significativa (NEUTZLING *et al.*, 2009).

A interferência do ambiente obesogênico, ou seja, daquele que influencia nas escolhas dos indivíduos, quanto aos hábitos de vida que promovam o desenvolvimento da obesidade, também possui significativa relevância sobre os padrões alimentares (SOUZA & OLIVEIRA, 2008).

Um dos riscos de uma alimentação inadequada consiste no desenvolvimento da obesidade, condição esta que é determinada como uma Doença Crônica não Transmissível (PINHEIRO *et al.*, 2004). A prevalência do sobrepeso e obesidade tem aumentado a cada ano na população mundial. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), em 2016, mais de 1,9 bilhão de adultos de todo mundo, com idade igual ou superior a 18 anos, apresentavam sobrepeso. Destes, mais de 650 milhões eram obesos (OMS, 2017).

Inquéritos apontam que a obesidade atinja, em 2025, 40% da população mundial (CONDE & BORGES, 2011). No Brasil, segundo dados da Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por Inquérito Telefônico (VIGITEL) o excesso de peso passou de 42,6% de 2006 para 53,8% em 2016. A obesidade no Brasil teve um aumento de 60% nos últimos dez anos, passando de 11,8% em 2006 para 18,9% em 2016 (VIGITEL, 2017).

A entrada no ensino superior é considerada uma das etapas mais marcantes na vida de um indivíduo. Com isso as pessoas tendem a se dedicar inteiramente a nova rotina de estudos e com essas mudanças é possível que a diminuição do nível de atividade física e modificações nos padrões alimentares ocorram, principalmente entre indivíduos que conciliam estudo e trabalho. Uma das consequências dessa realidade é o índice de estudantes que se encontram acima do peso (RIBEIRO *et al.*, 2015).

Uma pesquisa em uma universidade de Salvador demonstrou índices elevados da relação cintura/ quadril de 32,5% para risco alto e 39% altíssimo, destacando ainda que esta condição possa acarretar problemas cardiovasculares entre universitários iniciantes e concluintes do curso de enfermagem (PIRES & MUSSI, 2016).

Kretschmer *et al.* (2015) detectaram que em uma universidade do Rio Grande do Sul havia uma elevada parcela de acadêmicos de inúmeras áreas com a constituição corporal inadequada, onde 26,4% estava com o IMC acima do normal e 30,19% possui um elevado percentual de gordura.

Devido aos estudantes de nutrição serem da área da saúde e possuírem competências e habilidades, relacionadas ao planejamento, administração, direção, avaliação e supervisão de programas de nutricionais em ambientes públicos e privados, além de promover assistência e educação nutricional seja para indivíduos sadios ou enfermos, se torna imprescindível estudar o perfil alimentares desses futuros formadores de opiniões na área de alimentação e nutrição (BOOG, 2008).

Dentre o exposto, o presente trabalho tem o objetivo de investigar a associação entre o estado nutricional e o consumo alimentar dos estudantes universitários do curso de Nutrição da Faculdade União de Goyazes.

2 – MATERIAIS E MÉTODOS

2.1 Tipo de estudo

Trata-se de um estudo descritivo transversal que investigou a associação entre o estado nutricional e a ingestão alimentar dos universitários do curso de nutrição da Faculdade União de Goyazes, Trindade – Goiás. Este estudo foi devidamente aprovado pelo comitê de ética da faculdade pelo protocolo de nº24/2017.

2.2 Local de estudo

O estudo foi realizado em uma Faculdade particular no município de Trindade – GO. Segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), Trindade possui atualmente uma população estimada em 119.385 habitantes (IBGE, 2017). A Faculdade União de Goyazes (FUG) foi concretizada em junho 2007, com a portaria de credenciamento nº 609, DE 22 DE JUNHO 2007. Todos os cursos são autorizados pelo MEC nas quais as portarias se encontram no site da IES (instituição de Ensino Superior (GHAMOUM *et al.*, 2011). Segundo a coordenadora do atendimento ao aluno da instituição, atualmente existem 1.672 alunos matriculados regularmente, onde 171 alunos pertence ao curso de nutrição. Este curso foi legalizado por meio da PORTARIA nº 500 DE JUNHO DE 2007 tendo suas atividades iniciadas em agosto de 2007. O curso se concentra na modalidade bacharelado e integrado á 8 semestre, onde são divididos os 6 primeiros em aulas práticas/teóricas e os 2 demais com aulas práticas/estágios. Atualmente sua carga horária é de 3.580 horas.

2.3 População de estudo

Foram convidados para participar do estudo todos os 171 alunos matriculados no curso de nutrição da Faculdade União de Goyazes. Aceitaram participar do estudo 77 acadêmicos que estavam devidamente matriculados no 2º ao 8º e período do curso de nutrição da Faculdade União de Goyazes. As faixas etárias incluídas neste estudo agregaram adolescentes (de 10 a 19 anos), adultos (com mais de 19 anos e menos de 60 anos de idade) e idosos

(acima de 60 anos), conforme classificação da Organização Mundial da Saúde (OMS) (1955).

2.4 Variáveis estudadas

Foram investigadas as seguintes variáveis sociodemográficas, antropométricas e de consumo alimentar: sexo, idade, estado civil, período do curso, avaliação socioeconômica, peso, altura, circunferência cintura, IMC e consumo alimentar (Apêndice A). As acadêmicas da pesquisa foram devidamente treinadas para coletar todos os dados.

2.4.1 Variáveis antropométricas

A coleta de dados antropométricos ocorreu na clínica de Nutrição da Faculdade União de Goyazes e compreenderá na aferição do peso, altura e circunferência da cintura (CC) para classificar o risco de morbidades e cálculo do IMC (WHO 1997). O IMC foi calculado através da seguinte fórmula:

$$\text{IMC} = \frac{\text{Peso (Kg)}}{\text{Altura (metros)}^2}$$

O peso foi aferido em uma balança digital composta de vidro temperado Biolanda qual possui capacidade de até 180 Kg. Os universitários estavam sob as seguintes condições: possuindo o mínimo de roupa, preferencialmente roupas de banho, estando descalços, ereto, com pés juntos, braços estendidos ao longo do corpo, cabeça ereta e sem adornos (LOHMAN *et al.*, 1988).

Para determinar altura foi escolhida uma porta ou parede sem rodapé para que uma fita antropométrica cescorf® seja fixada, a 50 cm do solo. O indivíduo ficaram em posição ereta, com calcanhares, panturrilha, escápulas e ombros encostados na porta ou parede, joelhos estendidos, pés juntos e descalços, braços estendidos ao longo do corpo e a cabeça erguida (WHO, 1997).

Para medir a CC (em centímetros) foi usada uma fita antropométrica da cescorf®, na ausência de roupas na região de interesse, com o indivíduo ereto e o abdômen relaxado, com o avaliador posicionado de frente para o indivíduo

e localizando o ponto médio entre a última costela e a crista ilíaca, com a fita passando entorno da cintura do indivíduo ao redor deste ponto (WHO, 1997).

O estado nutricional dos universitários com até 19 anos de idade, adultos e idosos (Tabelas 1, 2 e 3) foi categorizado conforme os pontos de corte propostos pela Organização Mundial da Saúde (1997; 2007). Em adolescentes, o IMC foi estabelecido considerando os valores dos escores Z, onde o valor de Z quando < 3 representa magreza acentuada, > -3 e < -2 magreza, $Z \geq -2$ e $\leq +1$ aponta eutrofia e $Z > +1$ e $> +2$ representa sobrepeso e obesidade, respectivamente.

Os critérios dos pontos de corte utilizados na classificação da CC em adultos (Tabela 4) foram baseados nos valores propostos pela Internacional Diabetes Federation (2013), onde a CC igual ou maior que 90 e 80 é considerada inadequada para homens e mulheres, respectivamente. Os pontos de corte inferiores e superiores a 5 e 9, foram utilizados para classificação da CC em adolescentes. Para tanto, o valor do ponto de corte igual a 5 é considerado inferior a normalidade e 95 é superior ao normal. Os valores que se apresentaram abaixo do percentil 15 e superiores ao percentil 85 foram indicativos de necessidade de vigilância (Tabela 5) (Mc CARTHY *et al.*, 2001).

Tabela 1. Classificação do Índice de Massa Corporal adolescentes.

Escore Z	Classificação
$Z < 3$	Magreza acentuada
$Z > -3$ e < -2	Magreza
$Z \geq -2$ e $\leq +1$	Eutrofia
$Z > +1$ e $\leq +2$	Sobrepeso
$Z > +2$ e $\leq +3$	Obesidade
$Z > +3$	Obesidade grave

Fonte: ONIS, 2007.

Tabela 2. Classificação do Índice de Massa Corporal para maiores de 19 anos.

IMC (kg/m²)	Classificação
< 16	Magreza grau III (grave)
16 – 16,9	Magreza grau II (moderada)
17 – 18,4	Magreza grau I (leve)
18,5 – 24,9	Eutrófico

25 – 29,9	Sobrepeso
30 – 34,9	Obesidade I
35 – 39,9	Obesidade II
≥ 40	Obesidade III

Fonte: WHO, 1997.

Tabela 03. Percentis da circunferência da cintura para adolescentes

Percentis	≥15º e ≤85º	>85º e ≤95º	>95º
	(Normalidade)	(Vigilância)	(Vigilância)

Fonte: MCCARTHY et al. (2001).

Tabela 04. Pontos de corte para a circunferência da cintura entre adultos de acordo com o sexo.

Masculino	≥90 cm
Feminino	≥ 80 cm

Fonte: IDF Consensus Worldwide Definition of Metabolic Syndrome, 2013.

2.4.2 Variáveis sociodemográficas

Os dados destas variáveis foram coletados por meio da aplicação de um questionário padronizado que conterá informações sobre idade, sexo, cor da pele e a renda mensal familiar baseada no número de salários mínimos recebidos (SOUZA, 2015).

2.5 Consumo Alimentar

O consumo alimentar foi analisado a partir dos dados obtidos do Questionário de Frequência Alimentar (QFA) adaptado Dalgê (2014) (Apêndice A). O questionário apresentou perguntas optativas relativas ao IMC, CC, estado civil, sexo, cor da pele, período do curso, avaliação socioeconômica, frequência alimentar (refeições básicas, alimentos minimamente processados, processados e ultra processados).

2.6 Análise dos dados

Os dados foram tabulados e em seguida foi realizada uma análise descritiva por meio das estimativas de frequência absolutas e relativas das variáveis estudadas utilizando o programa Microsoft Office Excel, versão 2010.

Foi aplicado o teste estatístico de Chi-quadrado de Pearson para testar a associação entre as variáveis independentes – consumo diário de alimentos in natura ou minimamente processados, processados e ultra processados com o desfecho estado nutricional. Considerou-se o valor de $p < 0,05$ para determinar significância estatística. Os dados foram analisados no programa estatístico STATA, versão 12.0.

2.7 Aspectos éticos

A metodologia adotada nesta pesquisa esteve em concordância com a Resolução 466, de 12 de dezembro de 2012 do Conselho Nacional de Saúde. Considerando o artigo 23 do capítulo 2 desta resolução, onde todos os participantes deste estudo foram inicialmente informados em uma linguagem clara e objetiva, por meio do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (Apêndice B), sobre a proposta do estudo, objetivos, metodologia, possíveis riscos, bem como as vantagens decorrentes pela participação na pesquisa.

3 – RESULTADOS E DISCUSSÃO

Do total de 171 alunos matriculados no curso de nutrição, participaram do estudo 77 acadêmicos, (45,02% do total, sendo 70 adultos e 7 adolescentes), dos quais 90,9% ($n=70$) pertenciam ao sexo feminino, com média de idade de 25 anos (mínimo de 17 anos e máximo de 51 anos de idade) sendo que 68,83% ($n=53$) se declararam pardos. Em relação ao estado civil, 72,73 % ($n=56$) eram solteiros e 46,46% dos estudantes afirmaram ter uma renda per capita mensal entre 1 e 1,5 salários mínimos (Tabela 1).

Tabela 1. Perfil sociodemográfico dos acadêmicos do curso de Nutrição da Faculdade União de Goyazes. Trindade, 2017. ($n=77$).

Variáveis Sociodemográficas	
(n)	(%)

Sexo		
Feminino	70	90,91
Masculino	07	9,09
Cont. Tabela 1...		
Cor		
Negra	02	2,60
Parda	53	68,83
Indígena	-	-
Amarela	03	3,9
Branca	19	24,68
Estado civil		
Solteiro (a)	56	72,73
Casado (a)	20	25,97
Divorciado (a)	01	1,3
Renda per capita (n° de salários mínimos)		
>1/2 e ≤ 1	33	43,39
> 1 e ≤ 1,5	36	46,76
> 1,5	08	10,39

Neste estudo, a população foi predominantemente do sexo feminino (90,9%). Segundo Feitosa *et al.* (2010), existe uma dominância quase total das mulheres nos cursos de Nutrição em virtude de uma maior preocupação e cuidado com a saúde em comparação aos homens, os quais tendem a dominar nas áreas de engenharias e ciências exatas.

Por outro, em concordância com os achados de Paixão *et al.* (2010), a maior parte dos acadêmicos de nutrição da Faculdade União de Goyazes também são solteiros (72,73 %) e residem com suas famílias, dividindo uma renda familiar entre 3 pessoas (68,93%).

Os resultados do estado nutricional, segundo o diagnóstico obtido pelo IMC, apontam que dos 70 universitários adultos matriculados no curso de nutrição, 61,04% (n= 47) se encontravam eutróficos, 24,7% (n= 19) com sobrepeso, 10,4% (n= 8) apresentavam obesidade e 3,9% (n= 3) foram classificados com magreza (Gráfico 1). Em relação a adiposidade abdominal determinada pela circunferência da cintura, foi detectado que 33,77% (n=26) estão classificados com a circunferência da cintura inadequada (Gráfico 2).

Gráfico 1. Estado nutricional, segundo IMC, dos acadêmicos adultos do curso de Nutrição da Faculdade União de Goyazes. Trindade, 2017. (n=70).

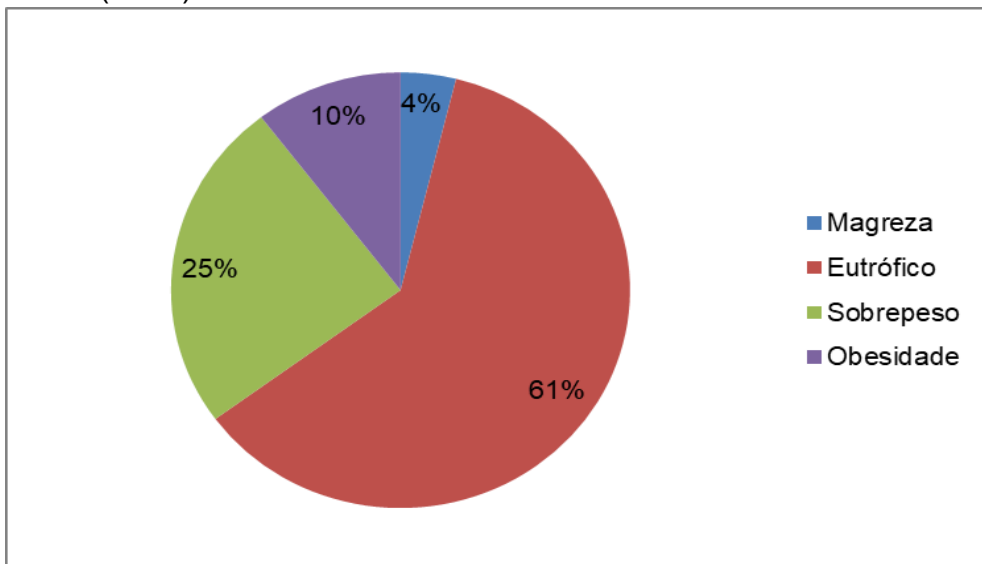
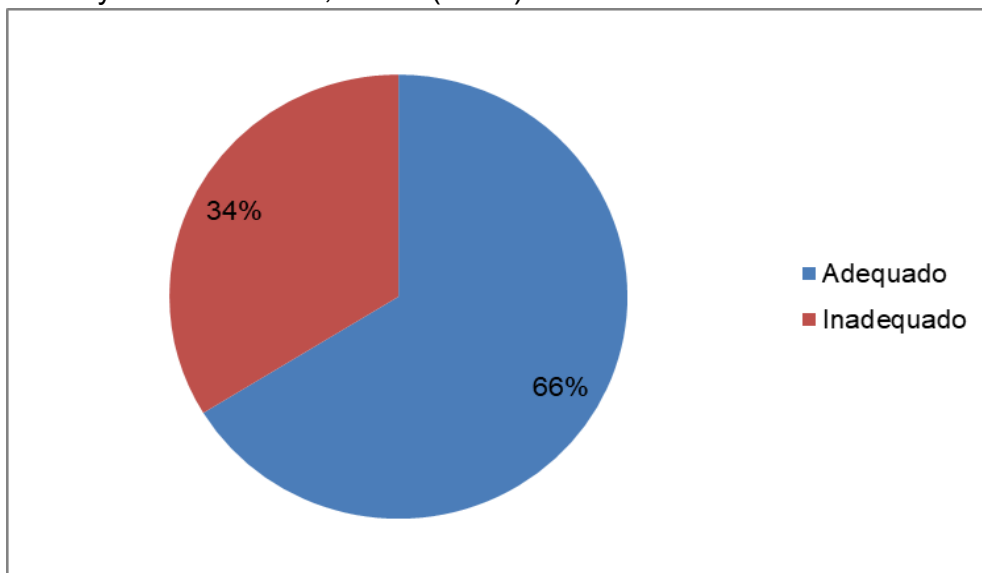


Gráfico 2. Estado nutricional segundo a Circunferência da cintura dos acadêmicos adultos do curso de Nutrição da Faculdade União de Goyazes. Trindade, 2017. (n=70).



Já o diagnóstico nutricional dos 7 acadêmicos adolescentes matriculados no curso de nutrição, apontaram que 87% (n= 6) se encontravam eutróficos, 13% (n= 1) com sobrepeso (Gráfico 3). A adiposidade abdominal

determinada pela circunferência da cintura demonstrou que 100% (n=7) dos acadêmicos adolescentes apresentam circunferência da cintura adequada.

Gráfico 3. Estado nutricional, segundo IMC, dos acadêmicos adolescentes do curso de Nutrição da Faculdade União de Goyazes. Trindade, 2017. (n=7).

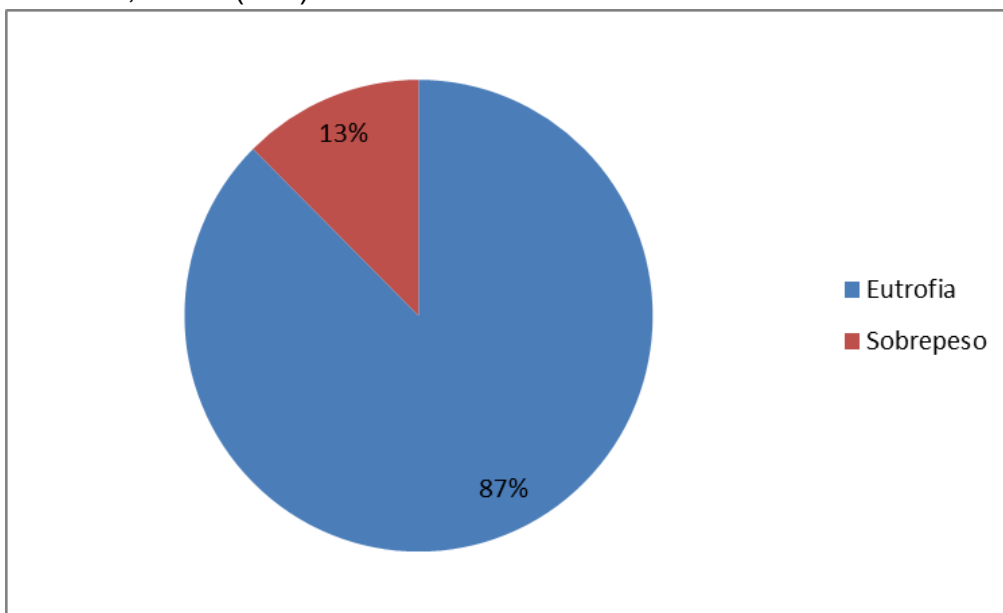
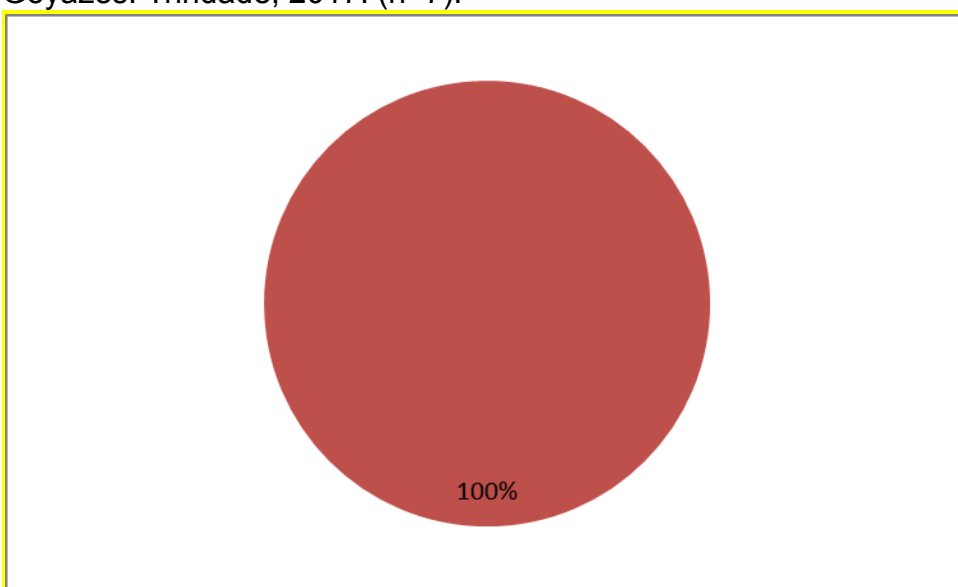


Gráfico 4. Estado nutricional, segundo a Circunferência da cintura dos acadêmicos adolescentes do curso de Nutrição da Faculdade União de Goyazes. Trindade, 2017. (n=7).



Um estudo realizado com estudantes de Nutrição de uma instituição de ensino superior do Rio Grande do Sul encontrou que 10% destes apresentaram

baixo peso, 75% estavam eutróficos, 10% tinham sobrepeso e 5% obesidade de grau I. Na circunferência da cintura, os autores observaram valores adequados em 78,42% dos acadêmicos enquanto inadequado foi encontrado 21,58% dos acadêmicos de Canoas (SILVA, SILVA & SÁ 2017). Portanto, estes valores se aproximam aos resultados do presente estudo o qual consistiu de 61,04% de alunos eutróficos, 24,7% sobrepesos, 10,4% obesos e 3,9% com magreza.

Ao investigar a frequência semanal no consumo das refeições básicas, foi observado que 84,84% (n=65) realizam a ingestão do café da manhã todos os dias, 9,09% (n=7) três vezes por semana, 3,9% (n=3) e 2,6% (n=2) dos acadêmicos responderam realizar o café da manhã duas vezes por semana e o outro nunca realiza essa refeição. Quanto à frequência no consumo do almoço, 98,7% (n=76) fazem ingestão todos os dias e 1,3% (n=1) almoçam três vezes por semana. O jantar é realizado todos os dias por 77,92% (n=60) dos alunos, enquanto 10,39% (n=8) afirmaram, respectivamente, que realizam esta refeição na frequência de duas vezes, 7,79% (n=6) fazem três vezes por semana e 3,39% (n=3) nunca realizam.

Dados semelhantes à presente pesquisa foram encontrados por Costa & Vasconcelos (2013) em um estudo entre universitárias ingressantes de uma universidade de Florianópolis, SC, onde verificou que o consumo de café da manhã ocorria em 83,1% das alunas, o lanche matinal em 33,3%, almoço em 97,7%, lanche da tarde 79,9%, e o jantar em 94,5% das alunas da universidade de Florianópolis.

O Guia Alimentar para a população Brasileira recomenda que as três principais refeições diárias, café da manhã, almoço e jantar, devem se aproximar do atendimento das porções diárias recomendadas. O café da manhã, por exemplo, deve garantir cerca de 25% do total energético consumido ao longo do dia (BRASIL, 2006; TRANCOSO *et al.*, 2010).

Com relação à frequência diária de consumo de alimentos in natura ou minimamente processados foi observado que a ingestão de carne ocorre uma vez ou mais por dia entre 45,45% (n=35) dos alunos. A frequência do consumo de frutas acontece entre 49,35% (n=38) dos alunos durante uma vez ou mais por dia. O consumo de verduras entre os acadêmicos ocorre durante 1 vez ou mais por dia para 46,75% (n=36) dos alunos. No consumo de leite, foi

observado que 36,36% (n=28) dos alunos fazem a ingestão 1 vez ou mais durante o dia. No que se refere ao consumo semanal de alimentos processados, verificou-se que 62,34% (n=48) consomem pão 1 vez ou mais durante o dia.

Aquino, Pereira & Reis (2015) encontraram em seu estudo que o consumo de frutas entre acadêmicos do curso de nutrição de uma instituição de Minas Gerais foi considerado baixo. Para os autores, a baixa ingestão desses alimentos pelos alunos reflete a atual situação da população brasileira, onde apenas um em cada cinco indivíduos consomem frutas e hortaliças diariamente.

O Ministério da Saúde, pelo Guia Alimentar para a População Brasileira, determina que o consumo de frutas, legumes e verduras deve ocorrer diariamente, com cerca de três porções ao longo das refeições, além de incentivar o consumo de alimentos in natura ou minimamente processados os quais podem propiciar aos brasileiros uma alimentação de qualidade nutricional superior à que seria gerada ao consumir alimentos processados ou ultraprocessados (BRASIL, 2014).

Em relação ao consumo de alimentos ultraprocessados, foi observado que em pelo menos 1 vez dia o chocolate é consumido por 62,34% (n=48), a bolacha por 59,74% (n=46), o salgadinho industrializado por 33,77% (n=26) dos acadêmicos, doces por 55,84% (n=43), refrigerante por 38,96% (n=30) e o sorvete é consumidos por 2,6% (n=2) dos alunos

Marcondelli, Costa & Schmitz (2008) observaram em seu estudo que 73,7% dos acadêmicos consumiam refrigerantes e doces. Petribú *et al.* (2009) afirma que existe uma alta frequência na ingestão alimentos com alto teor energético entre os acadêmicos, sem diferença significativa entre os sexos. Além disso, os autores também afirmam que o consumo dos alimentos relacionados às doenças cardiovasculares, como aqueles ricos em colesterol e gordura saturada, são os principais representantes entre os acadêmicos.

Ao analisar a associação entre o estado nutricional e a frequência da realização de refeições básicas foi encontrada associação estatisticamente significativa entre a realização diária de almoço e o estado nutricional (p=0,03) (Tabela 2).

Tabela 2. Associação entre a frequência da realização de refeições básicas e do consumo alimentar com o estado nutricional dos acadêmicos do curso de Nutrição da Faculdade União de Goyazes. Trindade, 2017. (n=77).

Variáveis	Estado Nutricional								P valor
	Magreza		Eutrofia		Sobrepeso		Obesidade		
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Café da manhã									0,562
Todos os dias	-	-	06	12,7	05	26,3	02	25	
3x por semana	02	66,6	15	31,9	04	21	02	25	
2x por semana	01	33,3	25	53,1	08	42,1	04	50	
Nunca	-	-	01	2,1	02	10,5	-	-	
Almoço									0,033 *
Todos os dias	03	100	47	100	19	100	07	87,5	
3x por semana	-	-	-	-	-	-	01	12,5	
2x por semana	-	-	-	-	-	-	-	-	
Nunca	-	-	-	-	-	-	-	-	
Jantar									0,240
Todos os dias	02	66,6	37	78,7	16	84,2	05	62,5	
3x por semana	-	-	03	6,3	02	10,5	01	12,5	
2x por semana	-	-	06	12,7	01	5,2	01	12,5	
Nunca	01	33,3	01	2,1	-	-	01	12,5	

*Resultado estatisticamente significativo

Ao verificar a associação entre o estado nutricional e o consumo de alimentos in natura ou minimamente processados, processados e ultraprocessados (Tabelas 3, 4 e 5), não foi encontrada associação estatisticamente significativa entre as variáveis ($p > 0,05$). Contudo foi encontrado que com relação ao consumo de alimentos in natura, 66,6% (n=3) dos estudantes com diagnóstico nutricional de magreza referiram consumir frutas três vezes ou mais por dia. Além disso, 52,6 % (n=10) dos acadêmicos com sobrepeso afirmaram ingerir legumes apenas uma vez durante o dia e 62,5% (n=5) dos alunos com obesidade referiram consumir alimentos ultraprocessados como chocolate e sorvete ao menos uma vez por dia.

Tabela 3. Associação entre a frequência diária do consumo de alimentos in natura ou minimamente processados e o estado nutricional dos acadêmicos do curso de Nutrição da Faculdade União de Goyazes. Trindade, 2017. (n=77).

Alimentos in natura ou minimamente processados	Estado Nutricional								P valor
	Magreza		Eutrofia		Sobrepeso		Obesidade		
	n	%	N	%	n	%	n	%	
Frutas									0,562
5x no dia	-	-	06	12,7	05	26,3	02	25	
3x no dia	02	66,6	15	31,9	04	21,0	02	25	
1x no dia	01	33,3	25	53,1	08	42,1	04	50	
Nenhuma	-	-	01	2,1	02	10,5	-	-	
Verduras									0,295
5x no dia	-	-	12	25,5	04	21,0	03	37,5	
3x no dia	-	-	14	29,7	04	21,0	02	25,0	
1x no dia	03	100	21	44,6	09	47,3	03	37,5	
Nenhuma	-	-	-	-	02	10,5	-	-	
Carnes									0,345
5x no dia	-	-	17	36,1	07	36,0	05	62,5	
3x no dia	-	-	08	17,0	04	21,0	-	-	
1x no dia	03	100	22	46,8	07	36,8	03	37,05	
Nenhuma	-	-	-	-	01	5,2	-	-	
Legumes									0,594
5x no dia	-	-	10	21,2	05	26,3	03	37,5	
3x no dia	-	-	12	25,5	03	15,7	01	12,5	
1x no dia	03	100	25	53,1	10	52,6	04	50	
Nenhuma	-	-	-	-	01	5,2	-	-	
Leite									0,449
5x no dia	-	-	05	10,6	-	-	02	25,0	
3x no dia	-	-	12	25,5	05	26,3	03	37,5	
1x no dia	02	66,6	18	38,3	06	31,5	02	25,0	
Nenhuma	01	33,3	12	25,5	08	42,1	01	12,5	

Tabela 4. Associação entre a frequência diária do consumo de alimentos processados e o estado nutricional dos acadêmicos do curso de Nutrição da Faculdade União de Goyazes. Trindade, 2017. (n=77).

Alimentos processados	Estado Nutricional								P valor
	Magreza		Eutrofia		Sobrepeso		Obesidade		
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Pão									0,793
5x no dia	-	-	06	12,7	-	-	01	12,5	
3x no dia	01	33,3	08	17,0	03	15,7	02	25,0	
1x no dia	02	66,6	27	57,4	14	73,6	05	62,5	
Nenhuma	-	-	06	12,7	02	10,5	-	-	
Salgado									0,396
5x no dia	-	-	-	-	-	-	-	-	
3x no dia	-	-	04	8,5	-	-	02	25,0	
1x no dia	02	66,6	20	42,5	11	57,8	03	37,5	
Nenhuma	01	33,3	23	48,9	08	42,1	03	37,5	

Tabela 5. Associação entre a frequência diária do consumo de alimentos ultraprocessados e o estado nutricional dos acadêmicos do curso de Nutrição da Faculdade União de Goyazes. Trindade, 2017. (n=77).

Alimentos ultraprocessados	Estado Nutricional								P valor
	Magreza		Eutrofia		Sobrepeso		Obesidade		
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Chocolate									0,610
5x no dia	-	-	-	-	-	-	-	-	
3x no dia	-	-	03	6,3	-	-	01	12,5	
1x no dia	03	100	29	61,7	11	57,8	05	62,5	
Nenhuma	-	-	15	31,9	08	42,1	02	25,0	
Bolacha									0,828
5x no dia	-	-	01	2,1	-	-	-	-	
3x no dia	-	-	03	6,3	-	-	0	12,5	
1x no dia	03	100	26	55,3	12	63,1	05	62,5	
Nenhuma	-	-	17	36,1	07	36,8	02	25,0	
Salgadinho industrializado									0,097
5x no dia	-	-	-	-	-	-	01	12,5	
3x no dia	-	-	06	12,7	-	-	-	-	
1x no dia	01	33,3	18	38,3	05	26,3	02	25,0	

Cont. Tabela 5...

Nenhuma	02	66,6	23	48,9	14	73,6	05	62,5	
Doces (balas, chicletes)									0,881
5x no dia	-	-	01	2,1	01	5,2	01	12,5	
3x no dia	-	-	05	10,6	02	10,5	02	25,0	
1x no dia	02	66,6	27	57,4	11	57,8	03	37,5	
Nenhuma	01	33,3	14	29,7	05	26,3	02	25,0	
Refrigerante									0,678
5x no dia	-	-	01	2,1	01	5,2	-	-	
3x no dia	01	33,3	04	8,5	02	10,5	02	25,0	
1x no dia	01	33,3	17	36,1	10	52,6	02	25,0	
Nenhuma	01	33,3	25	53,1	06	31,5	04	50,0	
Sorvete									0,098
5x no dia	-	-	01	2,1	-	-	-	-	
3x no dia	01	33,3	01	2,1	-	-	-	-	
1x no dia	02	66,6	21	44,6	10	52,6	05	62,5	
Nenhuma	-	-	24	51,1	09	47,4	03	37,5	

A ausência de associação entre o estado nutricional e o consumo de alimentos observada neste estudo pode estar relacionada com a omissão de informações dos alunos em relação aos seus hábitos alimentares, pois os mesmos podem ter apresentado sentimento de vergonha ou constrangimento para assinalar a real frequência do consumo de determinados alimentos.

Independente do estado nutricional todos os estudantes participantes desta pesquisa consomem algum tipo de alimento ultra processado ao menos uma vez por dia. Esse resultado pode refletir a influência que a rotina universitária exerce no consumo alimentar independente do estado nutricional. Outros estudos evidenciam que a rotina dos acadêmicos, que realizam várias atividades da faculdade e a vida pessoal que reduz tempo para melhor se alimentarem, tende a levá-los ao consumo inadequado de alimentos com alto teor energético, como doces, fast-food, salgados e refrigerantes, os quais geram sensação de saciedade e são de rápido acesso (ALVES & BOOG, 2007; SILVA *et al.*, 2012; LOUZADA *et al.*, 2015; BIELEMANN *et al.*, 2015; PIRES & MUSSI, 2016). Somado a isso, a condição socioeconômica dos acadêmicos da

Faculdade União de Goyazes também pode ter influência quanto à aquisição de alimentos mais saudáveis (NEUTZLING *et al.*, 2009).

Esta rotina, também contribui significativamente para diminuição da atividade física e modifica os padrões alimentares dos acadêmicos, principalmente entre aqueles que precisam estudar e trabalhar. Uma consequência dessa situação de alto consumo de alimentos com grande quantidade de gorduras e açúcar é a alta prevalência de sobrepeso e obesidade entre estudantes universitários, incluindo os da área da saúde (MARCONDELLI, COSTA & SCHMITZ 2008; RIBEIRO *et al.*, 2015).

4 – CONCLUSÃO

A maior parte dos estudantes são eutróficos, porém, todos referiram consumir algum tipo de alimento ultra processados ao menos uma vez por dia. É possível que a rotina acadêmica interfira no padrão alimentar dos alunos, o que refletiu no consumo alimentar diário de alimentos ultraprocessados.

Não foi encontrada associação entre o estado nutricional e consumo alimentar de alimentos in natura ou minimamente processados, processados e ultraprocessados. No entanto foi encontrada associação estatisticamente significativa entre a realização de almoço e o estado nutricional dos acadêmicos do estudo.

As consequências de uma alimentação inadequada podem ocasionar o desenvolvimento de doenças do aparelho circulatório, cardiovasculares, obesidade e neoplasias.

Neste contexto é de suma importância desenvolver, a partir dos resultados encontrados, programas e ações institucionais que promovam a alimentação saudável e adequada entre os estudantes.

O estudo apresentou como limitações: o viés de memória dos entrevistados, a omissão voluntária, pelos estudantes, de informações referentes aos dados de frequência alimentar, o uso da frequência alimentar diária e não semanal, além do número reduzido de participantes que aceitaram participar da pesquisa. Esses fatores podem impactar na não associação

entre o estado nutricional e consumo alimentar dos estudantes, encontrados neste estudo.

5 - REFERÊNCIAS

ALVES, H. J.; BOOG, M. C. F. Comportamento alimentar em moradia estudantil: um espaço para promoção da saúde. **Saúde Pública**, v. 41, n. 2, p. 197-204, 2007.

AQUINO, J. K.; PEREIRA, P.; REIS, V. M. C. P. Hábito e consumo alimentar de estudantes do curso de nutrição das faculdades de Montes Claros – Minas Gerais. **Revista Multitexto**, v. 3, n. 1, p. 82-88, 2015.

BARRETO, S. M.; PINHEIRO, A. R. O.; SICHIERI, R.; MONTEIRO, C. A.; BATISTA-FILHO, M. ; SCHIMIDT, M. I. Análise da Estratégia Global para Alimentação, Atividade Física e Saúde, da Organização Mundial da Saúde. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v. 14, n. 1, p. 41-68, 2005.

BIELEMANN, R. M. M.; SANTOS, J. V.; MINTEN, G. C.; HORTA, B. L.; GIGANTE, D. P. Consumo de alimentos ultraprocessados e impacto na dieta de adultos jovens. **Revista de Saúde Pública**, v. 49, 28, 2015.

BOOG, M. C. F. Atuação do nutricionista em saúde pública na promoção da alimentação saudável. **Revista Ciência & Saúde**, v. 1, n. 1, p. 33-42, 2008.

BORGES, N. M.; ROMBALDI, A. J.; AZEVEDO, M. R.; HALLAL, P. C. Fatores associados ao consumo de frutas, legumes e verduras em adultos de uma cidade no Sul do Brasil. **Cadernos de Saúde Pública** [Internet], v. 25, n. 11, p. 2365-2374, 2009.

BRASIL. Conselho Nacional de Saúde. **Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012**. Brasília, DF: CNS, 2012. Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2013/res0466_12_12_2012.htm>. Acesso em: 28 Maio 2017.

Brasil. Ministério da Saúde. Guia alimentar para a população brasileira. Brasília: Ministério da Saúde; 2006.

Brasil. Ministério da Saúde. Guia alimentar para a população brasileira. 2º Edição. Brasília: Ministério da Saúde; 2014.

Brasil. Ministério da Saúde. Vigitel Brasil 2008: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico. Brasília: Secretaria de Vigilância em Saúde; 2009.

CARVALHO, L. M. B.; CAVALCANTE, V.; SANTOS, D. A.; LEMES, S. R. Investigação da Prática de Atividade Física e Hábitos Alimentares Infantis. **Revista Vita Et Sanitas**, v.10, n.1, p. 10-21, 2016.

CONDE, W. L.; BORGES, C. O risco de incidência e persistência da obesidade entre adultos brasileiros segundo seu estado nutricional ao final da adolescência. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 14, n. 1, p. 71-79, 2011.

CONDE, W. L.; GIGANTE, D. P. **Epidemiologia da desnutrição infantil**. In: KAC, G., SICHIERI, R., and GIGANTE, DP., orgs. Epidemiologia nutricional [online]. Rio de Janeiro: Editora FIOCRUZ/Atheneu, 2007, pp. 280-295.

CORTEZ, A. T. C.; ORTIGOZA, S. A. G. **Da produção ao consumo: Impactos socioambientais no espaço urbano** [online]. São Paulo: Editora UNESP; São Paulo: Cultura Acadêmica, 2009. 146 p.

COSTA, L. C. F.; VASCONCELOS, F. A. G. de. Prevalence and factors associated with nutritional status among female university students in Florianópolis, SC. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, v. 15, n. 3, p. 326-337, 2013.

DALGÊ, J. J. **Hábitos alimentares de adolescentes de uma escola de Cordeirópolis, SP**. 2014. 34p. Monografia (Especialização em Ensino de Ciências) - Universidade Tecnológica Federal do Paraná. Medianeira, PR.

FEITOSA, E. P. S.; DANTAS, C. A. O.; ANDRADE-WARTHA, E. R. S.; MARCELLINI, O. S.; MENDES-NETTO, R. S. Hábitos alimentares de estudantes de uma universidade pública no nordeste, Brasil. **Alimentos e Nutrição**, v. 21, p. 225-230, 2010.

GASPARETTO, R. M.; SILVA, R. C. C. Perfil antropométrico dos universitários dos cursos de nutrição, enfermagem, fisioterapia e educação física do Centro Universitário La Salle, Canoas-RS. **Associação Brasileira de Nutrição**, v. 4, n. 5, 2012.

GHAMOUM, G. G. S.; FERREIRA, T. L.; ROSA, V. M.; GHAMOUM, A. K. **História de implantação do curso de nutrição da Faculdade União de Goyazes**. 2011. 12p. Monografia (Graduação em Nutrição) – Faculdade União de Goyazes. Trindade, GO.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Cidades. Trindade – GO. Disponível em <<http://cidades.ibge.gov.br/v4/brasil/go/trindade/panorama>>. Acesso em 31 Maio 2017.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Goiás. Censo demográfico 2010: resultados do universo – características da população e dos domicílios. Disponível em <<https://cidades.ibge.gov.br/cartograma/mapa.php?lang=&coduf=52&codmun=>

520870&idtema=67&codv=v101&search=goias|goiania|síntese-das-informações>. Acesso em 29 de outubro de 2017.

INTERNATIONAL DIABETES FEDERATION. IDF consensus worldwide definition of metabolic syndrome. 2013. Disponível em: <<https://www.idf.org/e-library/consensus-statements/60-idfconsensus-worldwide-definition-of-the-metabolic-syndrome>>. Acesso em: 27 maio 2017.

KRETSCHMER, A. C.; RODREIGUES, G. O.; RISTOW, A. S.; PEIXOTO, N. C. Estado nutricional e hábitos alimentares de acadêmicos de uma universidade do norte do Rio Grande do Sul. **Saúde (Santa Maria)**, v. 41, n. 2, p. 121-128, 2015.

LIPSCHITZ, D.A. Screening for nutritional status in the elderly. **Primary Care**, v.21, n.1, p.55-67, 1994.

LOHMAN, T. G.; ROCHE, A. F.; MARTORELL, R. **Anthropometric standardization reference manual**. Human Kinetics: Champaign, 1988.

LOUZADA, M. L. C.; MARTINS, A. P. B.; CANELLA, D. S.; BARALDI, L. G.; LEVEY, R. B.; CLARO, R. M.; MOUBARAC, J. C.; CANNON, G.; MONTEIRO, C. A. Alimentos ultraprocessados e perfil nutricional da dieta no Brasil. **Revista de Saúde Pública**, v. 39, n. 48, p. 1-11, 2015.

MARCONDELLI, P.; COSTA, T. H. M. da.; & SCHMITZ, B. A. S. Nível de atividade física e hábitos alimentares de universitários do 3º ao 5º semestres da área da saúde. **Revista de Nutrição**, v. 21, n. 1, p. 39-47, 2008.

Mc CARTHY, H. D.; JARRETT, K. V.; CRAWLEY, H. F. The development of waist circumference percentiles in British children aged 5.0-16.9 y. **European Journal of Clinical Nutrition**, London, v. 55, p. 902-907, 2001.

NEUTZLING, M. B.; ROMBALDI, A. J.; AZEVEDO, M. R.; HALLAL, P. C. Fatores associados ao consumo de frutas, legumes e verduras em adultos de uma cidade no sul do Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 25, n. 11, p. 2365-2374, 2009.

ONIS, M.; ONYANGO, A.W.; BORCHI, E.; SIYAM, A.; NISHIDA, C. ; SIEKMANN, J. Development of a WHO growth reference for school-aged children and adolescents. **Bulletin of World Health Organization**, v.85, n.9, p.660-7, 2007.

Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS). **Doenças crônicas degenerativas e obesidade: Estratégia mundial sobre alimentação saudável, atividade física e saúde**. Brasília: OPAS; 2003.

PAIXÃO, L. A.; DIAS, R. M. R.; PRADO, W. L. Estilo de vida e estado nutricional de universitários ingressantes em cursos da área de saúde do Recife / PE. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 15, n. 3, p. 145-150, 2010.

PEDRAZA, D. F. Nutrição em Saúde Pública. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, Recife, v. 13, n. 3, p. 267-268, 2013.

PETTRIBÚ, M. M. V.; CABRAL, P. C.; ARRUDA, L. K. G. de. Estado nutricional, consumo alimentar e risco cardiovascular: um estudo em universitários. **Revista de Nutrição**, v. 22, n. 6, p. 837-846, 2009.

PINHEIRO, A. R.; FREITAS, S. R. T.; CORSO, A. C. T. Uma abordagem epidemiológica da obesidade. **Revista de Nutrição**, v. 17, n. 4, p. 523-533, 2004.

PIRES, C. G. S.; MUSSI, F. C. Excesso de peso em universitários ingressantes e concluintes de um curso de enfermagem. **Escola Anna Nery**, v. 20, n. 4, 2016.

RIBEIRO, R.; VITAL, B.; SILVA, P.; CARLOTI, V.; MORENO, L.; OPLUSTIL, F.; SILVA, N.; TEIXEIRA, C. V. S. Prevalência de excesso de peso em universitários de uma faculdade particular do município de Praia Grande, SP. **Revela**, n. 18, 2015.

SANTOS, J. S.; COSTA, M. C. O.; NASCIMENTO-SOBRINHO, C. L.; SILVA, M. C. M.; SOUZA, K. E. P.; MELO, B. O. Perfil antropométrico e consumo alimentar de adolescentes de Teixeira de Freitas - Bahia. **Revista de Nutrição**, v. 18, n. 5, p. 623-632, 2005.

SICHERI, R.; COITINHO, D. C.; MONTEIRO, J. B.; COUTINHO, W. F. Recomendações de Alimentação e Nutrição Saudável para a População Brasileira. **Arquivos Brasileiros de Endocrinologia e Metabologia**, v. 44, n. 3, 2000.

SILVA, F. F.; SILVA, R. V. da.; SÁ, O. M. de SOUSA. Análise antropométrica, dietética e de desempenho acadêmico de estudantes de educação física. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 11, n. 63, p. 289-300, 2017.

SOUZA, M. D. G.; VILAR, L.; ANDRADE, C. B.; ALBUQUERQUE, R. O.; CORDEIRO, L. H. O.; CAMPOS, J. M.; FERRAZ, A. A. B. Prevalência de obesidade e síndrome metabólica em frequentadores de um parque. **Arquivos Brasileiros de Cirurgia Digestiva**, v. 28, n. 1, 2015.

SOUZA, N. P. P.; OLIVEIRA, M. R. M. O ambiente como elemento determinante da obesidade. **Revista Simbio-Logias**, v. 1, n. 1, p. 159-62, 2008.

TRANCOSO, S. C.; CAVALLI, S. B.; PROENÇA, R. P. C. Café da manhã: caracterização, consumo e importância para a saúde. **Revista de Nutrição**, v. 23, n. 5, p. 859-869, 2010.

VIGITEL. Vigitel Brasil 2016. 2017. Disponível em: <<http://portal.arquivos.saude.gov.br/images/pdf/2017/abril/17/Vigitel.pdf>>. Acesso em 27 de dezembro de 2017.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). Obesity: Preventing and managing the global epidemic. Geneve; 1997. Disponível em:<<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/11234459>>. Acesso em: 28 Maio 2017.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). Media centre, Obesity and overweight. 2017. Disponível em: <<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/en/>>. Acesso em: 23 de outubro de 2017.

ZOLLNER, C. C.; FISBERG, R. M. Estado nutricional e sua relação com fatores biológicos, sociais e demográficos de crianças assistidas em creches da Prefeitura do Município de São Paulo. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v. 6, n. 3, p. 319-328, 2006.

APÊNDICES

APÊNDICE A

Questionário Padronizado de dados Sociodemográficos e de Antropométrica

Nº Questionário _____

Idade: _____

Cidade _____

Sexo () F () M Cor da pele:

Estado civil: () casado () solteiro () Divorciado

Peso:

Altura:

IMC:

Circunferência da cintura:

Número para contato: _____

1. Período do curso de nutrição:

() 1º () 2º () 3º () 4º () 5º () 6º () 7º () 8º

2. Avaliação socioeconômica;

½ salário () 1 salário mínimo () 2 salário mínimo () acima de 2 salários mínimo ()

2.1 Quantas pessoas sobrevive com a renda

1 pessoa () 2 pessoas () 3 pessoas ou mais () 5 pessoas ou mais ()

3. Assinale com um X a frequência com que você faz as três principais refeições.

Refeição	Todos os dias	3 vezes por semana	2 vezes por semanas	Nunca
Café da manhã				
Almoço				
Jantar				

4. Assinale com um X a frequência diária que você come os seguintes alimentos

Alimento	5 vezes ou mais	3 vezes ou mais	1 vez ou mais	Nenhuma
Frutas				
Verduras				
Legumes				
Carne				
Pães				
Refrigerantes				
Doces(balas, chicletes, etc)				
Salgadinhos industrializados				
Bolachas				
Leite				
Sucos				
Sorvete				

Chocolate				
Salgados				

Adaptado de DALGÊ(2014)

APÊNDICE B

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você está sendo convidado (a) para participar, como voluntário, em uma pesquisa. Após ser esclarecido (a) sobre as informações a seguir, no caso de aceitar fazer parte do estudo, assine ao final deste documento, que está em duas vias. Uma delas é sua e a outra é do pesquisador responsável.

Desde logo fica garantido o sigilo das informações. Em caso de recusa você não será penalizado(a) de forma alguma.

INFORMAÇÕES SOBRE A PESQUISA:

Título do Projeto: Estado nutricional e consumo alimentar dos universitários de nutrição da Faculdade União de Goyazes.

Pesquisador Responsável: Polianna Ribeiro Santos

Telefone para contato (inclusive ligações a cobrar): 064 99981-5838

Pesquisadores participantes: Ronízia Cristina Nunes de Oliveira e Jordana Lopes da Silva

Telefones para contato: 064 99616-7495

O objetivo desta pesquisa é investigar o estado nutricional e o consumo alimentar dos acadêmicos do curso de Nutrição da Faculdade União de Goyazes. Este estudo manterá um rigoroso sigilo em relação aos participantes durante todas as etapas. Trata-se de um estudo descritivo transversal. Dada a importância do assunto serão aplicados questionários contendo questões com opções alternativas. Os dados investigados serão relativos ao sexo, estado civil, idade, cor, período do curso de nutrição, além de uma simples avaliação socioeconômica baseada no número de salários mínimos que o participante ganha mensalmente e uma breve questão relativa à frequência diária do consumo de determinados alimentos. Além disso, serão coletadas informações sobre a circunferência da cintura e o IMC. Para isso, a coleta dos dados antropométricos ocorrerá na clínica de Nutrição da Faculdade União de Goyazes e compreenderá na aferição do peso, altura, para calcular o IMC, além da medição da circunferência da cintura.

Para aferir o peso, será usada uma balança digital a qual possui capacidade de até 180 Kg. Será necessário que durante a aferição, você possua o mínimo de roupa, preferencialmente roupas de banho, estar descalços, ereto, com pés juntos, braços estendidos ao longo do corpo, cabeça ereta e sem adornos. Para determinar sua altura, será escolhida uma porta ou parede sem rodapé para que uma fita antropométrica seja fixada, a 50 cm do solo. Você deverá nesta etapa estar em posição ereta, com calcanhares, panturrilha, escápulas e ombros encostados na porta ou parede, joelhos estendidos, pés juntos e descalços, braços estendidos ao longo do corpo e a cabeça erguida. Para medir a circunferência da cintura, será usada uma fita antropométrica e será necessário que você não possua vestimenta na região abdominal. Sua posição no momento desta coleta

deverá ser ereta e o abdômen deverá estar relaxado, com o avaliador posicionado de frente para o você e localizando o ponto médio entre a última costela e a crista ilíaca, com a fita passando entorno de sua cintura. Estas determinações são relativas as normas da Organização Mundial da Saúde para a coleta destes dados. Através de exigências da Resolução 466/12 e normas da Comissão Nacional de sobre Ética em Pesquisa (CONEP), ressalta-se que em virtude das perguntas presentes nos questionários desta pesquisa, é necessário considerar a existência de possíveis riscos de origem psicológica, intelectual ou/e emocional, para os indivíduos que responderem os questionários. Consideramos a possibilidade de constrangimento dos alunos ao responderem questões como: a frequência da ingestão de determinadas refeições, quais alimentos são mais ingeridos pelo indivíduo durante a semana, além do processo de aferição da altura, peso e circunferência da cintura. Estas questões poderão gerar algum desconforto; estresse; cansaço ao responder às perguntas.

A aplicação dos questionários sem a identificação dos indivíduos participantes visa classificar os riscos desta pesquisa como quase inexistentes. No entanto, ressaltamos que a utilização de questionários, podem gerar os possíveis riscos citados no parágrafo acima.

Nome e Assinatura do pesquisador

♦ CONSENTIMENTO DA PARTICIPAÇÃO DA PESSOA COMO SUJEITO

Eu, _____, abaixo assinado, concordo em participar do estudo Estado nutricional e consumo alimentar dos universitários de nutrição da Faculdade União de Goyazes. E informo que fui devidamente informado e esclarecido pelas pesquisadoras Ronízia Cristina Nunes de Oliveira e Jordana Lopes da Silva sobre a pesquisa, os procedimentos nela envolvidos, assim como os possíveis riscos e benefícios decorrentes de minha participação. Foi-me garantido o sigilo das informações e que posso retirar meu consentimento a qualquer momento, sem que isto leve à qualquer penalidade ou interrupção de meu acompanhamento/ assistência/tratamento.

Local e data: Trindade /___/2017

Assinatura do sujeito ou responsável: _____