

AVALIAÇÃO DA MUDANÇA DOS HÁBITOS ALIMENTARES EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

João Edson Marques Bandeira¹, Matheus Do Couto¹, Rodrigo Costa Tovar¹, José Tomaz Madruga Neto¹, Jivago Carneiro Jaime²

¹Discente do curso de medicina do Centro Universitário UniEVANGÉLICA.

²Docente do curso de medicina do Centro Universitário UniEVANGÉLICA.

RESUMO

Hábitos alimentares de universitários apresentam-se frequentemente inadequados, fato caracterizado pelo baixo consumo de frutas e hortaliças e alta ingestão de alimentos ricos em gorduras e açúcares, representando assim maior risco de desenvolver doenças crônicas não transmissíveis (DCNT). O objetivo deste estudo será avaliar os hábitos alimentares de estudantes universitários. Métodos: Serão entrevistados 1000 universitários, dos cursos das áreas de exatas e biológicas, em horários e turnos variados. A participação dos mesmos dar-se-á de forma voluntária. Os hábitos alimentares serão avaliados a partir de um questionário com 32 perguntas relacionadas aos hábitos alimentares, ao estilo de vida, e a aspectos socioeconômicos dos entrevistados. Resultados: Serão estabelecidos, em análise gráfica e estatística, após a aplicação do questionário junto aos acadêmicos. Conclusão: É importante a adoção de estratégias educativas, voltadas especialmente aos estudantes que mudaram negativamente seus hábitos alimentares, que enfatizem a importância da alimentação saudável para prevenção de agravos à saúde futura, segundo estudos previamente realizados.

Palavra Chave: Doença crônica não transmissível.