**ESTADO NUTRICIONAL DE ESTUDANTES DO CURSO DE NUTRIÇÃO DE UMA INSTITUIÇÃO PRIVADA EM OLINDA-PE**

**RESUMO**

O presente estudo se justifica a partir da necessidade de evidenciar o perfil nutricional de estudantes do nível superior, sendo assim, objetivou-se descrever o estado nutricional de estudantes do curso de nutrição, em uma instituição privada de Olinda-PE. Após o recrutamento, os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, e em seguida responderam uma bateria de questionários, na primeira parte do projeto, e então foi realizada a avaliação nutricional, e aplicação do Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ). Dos indivíduos avaliados, a média do público se enquadrou em padrões de eutrofia para o Índice de Massa Corporal (IMC), assim como também foram encontrados resultados dentro da média para as medidas de circunferência analisadas. Concluímos que a maioria dos universitários estão dentro dos padrões de eutrofia, considerando as medidas analisadas.

**Palavras-chave:** Alimentação, Avaliação nutricional, Universitários.

**1. INTRODUÇÃO**

O estado nutricional é utilizado para definir as carências nutricionais do indivíduo, a fim de avaliar a composição e as funções do organismo, onde alterações no estado nutricional podem favorecer a elevação de fatores de morbimortalidade, seja pela carência ou excesso de determinados nutrientes, podendo ser fruto de uma má alimentação, e predispondo o indivíduo a desenvolver patologias como a desnutrição e a obesidade (GOMES, 2015).

Como apontado pela Organização Mundial de Saúde (OMS), a alimentação saudável deve seguir padrões de harmonia, em quantidade e qualidade, assim como cumprir com determinados padrões de variedade, equilíbrio e prazer no consumo dos alimentos, onde os nutrientes proporcionados pela alimentação são essenciais para o bem-estar e saúde dos indivíduos (MALTA, 2014; WHO, 1985).

Pesquisas atuais, assim como relatos de estudantes, descrevem que a vida universitária eleva o ritmo do dia a dia, gerando mudanças nos hábitos alimentares, onde essas mudanças tendem a prejudicar a qualidade das refeições, sendo influenciado também pelo nível socioeconômico. Além disto, também é relatado que a incidência de sedentarismo é maior dentre universitários (SOUZA, 2012).

Também é possível visualizar indivíduos que realizam uma jornada dupla de trabalho e estudos, onde fatores como deslocamento entre o local de trabalho, universidade e a residência desses indivíduos, gera a necessidade de uma alimentação mais rápida e prática, aumentando a frequência com que esses universitários vão à lanchonetes e restaurantes, gerando também instabilidades nos horários das refeições (CARVALHO, 2015).

Sendo assim, o presente estudo se justifica à medida que tenta analisar o estado nutricional dos universitários, para demonstrar o impacto da rotina em sua composição corporal.

O estudo objetivou analisar o estado nutricional de estudantes do curso de nutrição, matriculados em uma instituição privada, situada em Olinda-PE.

**2. MATERIAIS E MÉTODOS**

Foi realizado um estudo descritivo e transversal, com amostragem por conveniência, com 28 universitários de uma instituição privada, localizada em Olinda-PE.

Para a coleta de dados o estudo foi submetido ao comitê de ética com código CAAE: 98125318.1.0000.8033. Foram avaliados indivíduos de ambos os sexos, com idades de 18 a 40 anos.

Ao aceitarem a participação, os voluntários assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Para avaliação das medidas antropométricas de peso e altura, foi utilizada uma balança digital, com capacidade máxima de 180kg e graduação de 100g, fabricada em Tianshan/Xangai-China, onde os participantes, utilizando roupas leves e sem calçado, subiram na balança, sendo coletado o peso após finalizado o procedimento do equipamento, e com o olhar fixo no horizonte e em postura ereta, foi aferida a estatura. O Índice de Massa Corporal (IMC), mensurado a partir da multiplicação da altura² pelo peso do participante e classificado de acordo com os padrões de referência estabelecidos para adultos. Para verificação das dobras cutâneas, foram avaliadas as dobras: triciptal, com o indivíduo de pé, com os braços estendidos ao longo do corpo, de forma relaxada, a dobra foi mensurada no ponto médio entre o ponto mais distal do processo acromial da escápula e a parte mais distal do olecrano, sendo o mesmo processo realizado para a mensuração da dobra cutânea biciptal. A dobra subescapular foi mensurada a partir do ângulo inferior da escápula e a dobra cutânea suprailíaca foi mensurada a partir da linha axilar média imediatamente superior à crista ilíaca, com um adipômetro com abertura de 75mm e molas com pressão de 10 g/mm², fabricado em Vila Assunção/Rio Grande do Sul-BR. Foi realizado o protocolo de Pollock e Willmore para classificação do percentual de gordura, com tabelas que levam em consideração o sexo e a faixa etária.

Para análise dos dados foi feita a análise descritiva dos dados a partir do cálculo da média, desvio padrão, mínimo e máximo. Aplicou-se o teste estatístico de Student para comparação das médias, visando identificar uma possível diferença entre as médias das variáveis avaliadas.

**3. RESULTADOS E DISCUSSÃO**

**Tabela 1 –** Dados antropométricos.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **DADOSANTROPOMÉTRICOS** | **Mínimo**  | **Máximo**  | **±DP**  | **Média** |
| **PESO**  | 41,5  | 112  | 17,32  | 68,61 |
| **IMC**  | 15,6  | 32,7  | 3,77  | 23,85 |
| **CB**  | 21  | 40,5  | 5,624  | 30,67 |
| **CC**  | 65  | 110  | 10,71  | 76,32 |
| **CA**  | 63,5  | 119  | 11,67  | 82,60 |
| **CQ**  | 68  | 110  | 9,422  | 88,30 |

±DP= Desvio Padrão;IMC=Índice de Massa Corporal; CB=Circunferência Braquial; CC=Circunferência da Cintura; CA=Circunferência Abdominal e CQ=Circunferência do Quadril

Após análise dos dados, verificou-se uma média de peso de 68,61kg. Em relação ao IMC, obteve-se uma média de 23,85kg/m², se enquadrando nos padrões estabelecidos para eutrofia. Dentre as circunferências, foram obtidas as médias: 30,67cm; 76,32cm; 82,60cm e 88,30cm, para a CB, CC, CA e CQ, respectivamente, todas as medidas apresentam médias aceitáveis para os padrões estabelecidos.



**Figura 1 –** Correlação entre os dados antropométricos, peso e IMC.

A amostra foi composta em sua maioria por estudantes que moravam na casa dos pais (78,6%), que não possuíam renda própria, solteiros, e que descreveram que a vida como universitário era um fator dificultoso na sua rotina alimentar. Analisando os dados obtidos, observamos que os participantes estavam, em média, em seus valores de IMC adequados, corroborando com um estudo similar realizado em Canoas/RS com universitários de cursos de saúde, em que os participantes demonstraram valores semelhantes de IMC, para a maioria dos alunos (64,2%) (SILVA, 2012).

Em outro estudo realizado por Silva et al., em pesquisa realizada com adultos de uma escola estadual no estado de São Paulo, onde foram obtidos resultados semelhantes, em que as autoras verificaram que 63% dos participantes, estavam enquadrados no padrão de eutrofia, 4,9% em baixo peso, 23,5% com sobrepeso e 8,6% diagnosticados com obesidade grau 1 (RICARDO, 2012).

Um estudo realizado em Viçosa/MG também captou resultados semelhantes, em que 81,6% dos universitários apresentavam IMC adequado.

Outros estudos realizados em 2018 apresentaram resultado semelhante ao presente estudo, em que mais de 700 estudantes demonstraram níveis adequados de IMC, com uma média de 23,31kg/m² (HAVAGIRAY et al., 2018; PATHAK et al., 2018; OMAGE e OMUEMU, 2018).

**4. CONCLUSÕES**

De acordo com os dados encontrados, demonstra-se que a maior parte dos universitários se enquadram nos níveis de eutrofia, quando considerados os métodos antropométricos empregados na metodologia.

**5. REFERÊNCIAS**

GOMES, A.A; PEREIRA, R.A; YOKOO, E.M. **Caracterização do consumo alimentar de adultos por meio de questionário simplificado: contribuição para os estudos de vigilância alimentar e nutricional.** 23. Ed. Cad. Saúde Coletiva, 2015.

MALTA, D.C *et al.* **Mortalidade por doenças crônicas não transmissíveis no Brasil e suas regiões, 2000 a 2011.** 23. Ed. Epidemiol. E Serviços Saúde, 2014.

FOOD AGRICULTURE ORGANIZATION (FAO); WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Energy and protein requirements.** Geneva: WHO, 1985.

SOUZA, D.P. **Avaliação do estado nutricional e consumo alimentar de acadêmicos do curso de nutrição da Universidade Federal de Pelotas.** 32. Ed. Revista HCPA, 2012.

DE CARVALHO, C.A. *et al.* **The association between cardiovascular risk factors and anthropometric obesity indicators in university students in São Luís in the state of Maranhão, Brazil.** 20. Ed. Cienc. E Saúde Coletiva, 2015.

SILVA, R.M.G.R.C.C. **Perfil antropométrico dos universitários do curso de nutrição, enfermagem, fisioterapia e educação física do Centro Universitário La Salle, Canoas/RS.** 4. Ed. Ver. Da Associação Bras. Nutr, 2012.

RICARDO, G.D; GABRIEL, C.G; CORSO, A.C.T. **Perfil antropométrico e adiposidade abdominal de escolares entre 6 a 10 anos de idade do sul do Brasil.** 4. Ed. Ver. Bras. Cineantropometria e Desempenho Hum, 2012.

HAVAGIRAY, R.C; NAMEER AL WARD, T.R.A. **Fat distribution among college students.** 6. Ed. Ec. Pharmacol, 2018.

PATHAK, R. *et al.* **Cross sectional study of body mass index, Waist hip ratio and blood pressure among medical and dental students**. 3. Ed. Int. J. Med. Sci. Innov. Res, 2018.

OMAGE, G.; OMUEMU, V.O. **Assessment of dietary pattern and nutritional status of undergraduate students in a private university in Southern Nigeria.** 6. Ed. Food Sci. Nutr, 2018.