

ESTUDO ANTROPOMÉTRICO E NUTRICIONAL DE ACADÊMICOS RECÉM-INGRESSOS NO CURSO DE FARMÁCIA DA FAMETRO

Nadia Seledonio Reis de Albuquerque¹

Patrícia Bruna da Silva Sá¹

Igor Alves Pinto de Assis¹

Leon Levi Pinheiro Braga¹

Ana Karine Rocha de Melo Leite²

¹Acadêmico (a) do Curso de Farmácia da FAMETRO- Faculdade Metropolitana da Grande
Fortaleza.

E-mail: nadiasele@hotmail.com

²Docente do Curso de Farmácia da FAMETRO- Faculdade Metropolitana da Grande
Fortaleza.

E-mail: karinemelo@yahoo.com.br

Evento: IV Encontro de Monitoria e Iniciação Científica

RESUMO

O estado nutricional é de grande importância para se manter a qualidade de vida e, até mesmo a saúde do ser humano. No Brasil, o índice de pessoas obesas está aumentando a cada dia. Fato que pode ser observado mundialmente. Isso se deve possivelmente a uma rotina estressante e exigência social e financeira. Nas universidades, a realidade não é muito diferente. Jovens recém-ingressos são expostos diariamente a uma rotina estressante que não estão adaptados. Além disso, alguns saem de seus lares ou cidades para estudar na capital. Diante de todos esses fatores, a alimentação torna-se de má qualidade, sendo rica em gorduras, principalmente. Diante disso, esse trabalho objetivou traçar o perfil antropométrico e nutricional dos universitários recém-ingressos no curso de Farmácia da Fametro. Alunos recém-ingressos no curso de Farmácia (n=9) foram submetidos a um questionário e mensuração de peso. Os dados foram plotados em planilhas do Excel e expressos em percentual. A idade média dos alunos foi de 18,5 anos para o sexo feminino e, 19,7 para o sexo masculino, onde a maioria tinha como cidade natalina, Fortaleza. O peso das alunas encontrava-se dentro do limite da normalidade, entretanto, os alunos apresentaram-se em sobrepeso. Não realizavam atividade física e faziam uso de grande ingestão de alimentos. As refeições eram ricas em carboidratos e lipídeos. Conclui-se nesse trabalho que a população de universitários recém-ingressos no curso de Farmácia era jovem, apresentando fatores de risco para enfermidades crônicas, dentre elas, o sedentarismo. No entanto, a obesidade era inexistente, apesar de uma má qualidade nutricional.

Palavras-chave: Nutrição. Acadêmicos. Farmácia. Antropometria.

INTRODUÇÃO

Alterações do estado nutricional contribuem para aumento da morbimortalidade. Dados mostram que a população brasileira vem apresentando uma redução nas prevalências de baixo peso em ambos os sexos, em diferentes fases da vida. Associado a esse fato, destaca-se também uma redução contínua dos casos de desnutrição e aumento no percentual de obesidade, onde esse último contribui para o aumento das doenças crônicas não transmissíveis (COUTINHO et al., 2008).

Os hábitos alimentares dos recém-ingressos na universidade podem ser influenciados por fatores diversos como: saída da casa dos pais, tempo inapropriado para realizar refeições e estabelecimento de novos comportamentos e relações (MATTOS e MARTINS, 2000). A alimentação normalmente baseia-se em uma dieta rica em gorduras e pobre em vegetais e frutas, tendo ainda muitas vezes, como opção *fastfood* devido à sua praticidade, disponibilidade e conveniência (MOREIRA et al, 2013). Com essa nova rotina diária, os estudantes buscam alternativas práticas e rápidas para alimentar-se, prejudicando a sua qualidade de vida (FEITOSA et al., 2010).

Partindo do pressuposto que é essencial um controle na qualidade nutricional, principalmente em alunos recém-ingressos na vida universitária, esse trabalho objetivou traçar o perfil antropométrico e nutricional dos universitários recém-ingressos no curso de Farmácia do Fametro.

METODOLOGIA

Alunos recém-ingressos (n=9) do curso de Farmácia foram submetidos à aplicação de termo de consentimento livre esclarecido e, logo em seguida, a um questionário. O respectivo questionário continha perguntas, tais como: idade, sexo, naturalidade, peso, altura, hábitos de vida, histórico familiar frente a enfermidades, tipos de refeições, dentre outros. Todos os alunos tiveram seus pesos mensurados. Os resultados foram tabulados através do Programa Excel 2013 e expressos percentual. O trabalho foi submetido e aprovado pelo Comitê de ética sob o número 1.967.267.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Nesse trabalho, verificou-se que a maioria dos alunos eram fortalezenses, perfazendo um percentual de 44,4%. Outras cidades natalinas citadas foram: Maracanaú, Quixadá, Iguatu e Caucaia. Considerando-se que a Fametro localiza-se na capital, esse fato justificaria o resultado encontrado.

Em relação à idade, verificou-se que a média de idade do sexo feminino foi de 18,5 anos e, do sexo masculino, 19,7 anos. Esses resultados mostram que a média das idades, independente do sexo foram semelhante. Estudos desenvolvidos em uma universidade no Rio Grande do Sul que avaliou, dentre vários fatores, a idade dos universitários de vários cursos de saúde, mostrou uma idade média de 26 anos (GASPARETTO e SILVA et al.,2012). No nosso trabalho, a idade média foi menor. Esse fato se justifica provavelmente por se tratar de alunos recém-ingressos na faculdade.

Quanto aos vícios investigados, verificou-se que nenhum dos alunos era etilista ou tabagista. Muitos estudos mostram que é cada vez mais precoce o início do vício de fumar e o aumento da prevalência de tabagismo em adolescentes (BARBOSA et al., 1989). Para surpresa, os alunos do estudo não apresentaram qualquer tipo de vício, fato que favorece a qualidade de vida dos referidos alunos. No entanto, cerca de setenta e oito por cento dos alunos informaram que havia casos de doenças crônicas na família, como hipertensão, diabetes, dentre outros. Ainda, cerca de cinquenta e seis por cento dos alunos não praticavam atividade física. Sabendo-se que são doenças acima citadas necessitam de uma maior atenção e estão associadas à nutrição e atividade física, os alunos do estudo devem ficar atentos para evitar futuras complicações no seu bem estar e na saúde.

Avaliando-se o peso e o índice de massa corporla (IMC) dos alunos, verificou-se que o sexo feminino apresentou uma média de peso de 55,8 Kg, com IMC de $21,51\text{Kg/m}^2$ e, o sexo masculino, uma média de 75,6 Kg, com IMC de $25,37\text{Kg/m}^2$ (Figuras 1 e 2). Sabe-se que o IMC é um índice frequentemente utilizado em estudos epidemiológicos, em saúde pública e na área clínica, como preceptor de sobrepeso e obesidade, e desnutrição energética em pessoas não atletas, recomendado como indicador nutricional, conforme a Organização Mundial de Saúde. Os valores de referência para IMC são classificados como: baixo peso - abaixo de 18,5; normal- 18,5 a 24,9; sobrepeso: 25 a 29,9; obesidade I: 30 a 34,9; obesidade II: 35 a 39,9; obesidade mórbida: igual ou acima de 40. Diante desse fato, pode-se observar que nesse trabalho o sexo feminino não apresentava sobrepeso. Entretanto, o sexo masculino, mostrou uma discreta tendência ao sobrepeso. Associado a esse fato, verificou-se que nesse trabalho, cerca de setenta e oito por cento dos alunos ingeriam alimentos em excesso. Fato que poderia justificar o sobrepeso nos meninos.

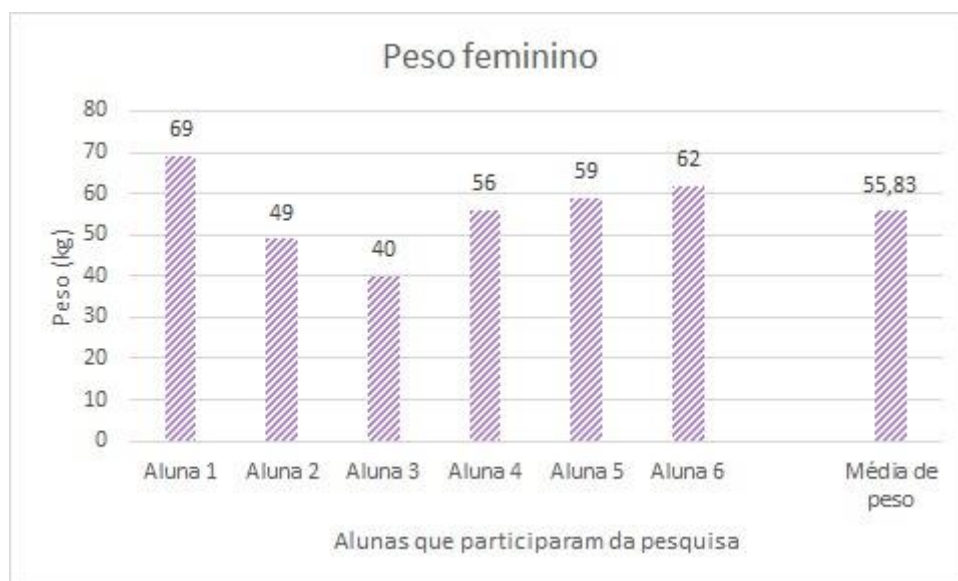


Figura 1: Distribuição do peso individual e médio das alunas recém-ingressas no curso de Farmácia da Fametro

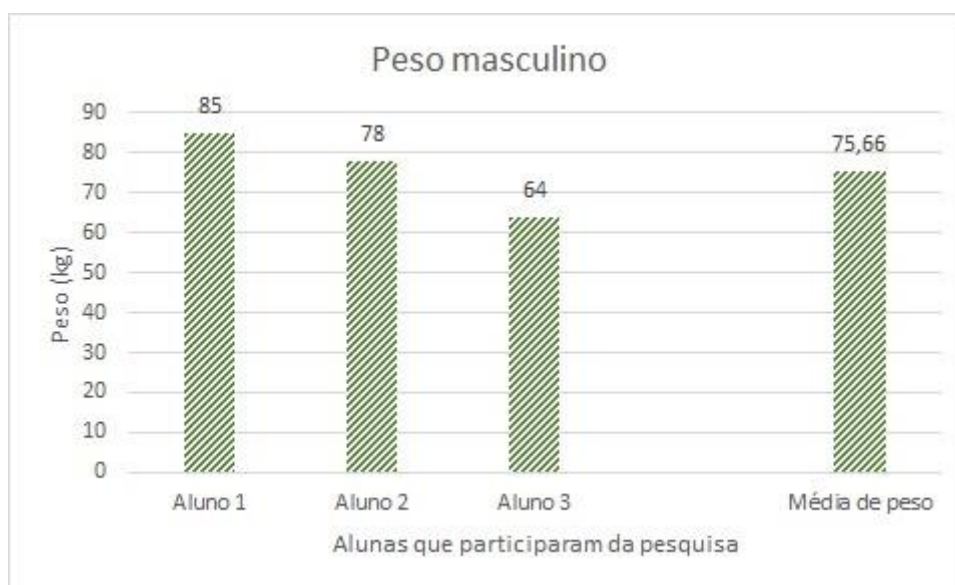


Figura 2: Distribuição do peso individual e médio dos alunos recém-ingressas no curso de Farmácia da Fametro.

Quanto a qualidade das refeições realizadas pelos alunos nesse estudo, verificou-se que a maioria alimentavam-se pela manhã, com refeição inicial constituída de pão, café, leite, queijo e tapioca (Figura 3). Nos lanches, estavam presentes pão, iogurte, biscoito e leite. O almoço era composto por arroz, feijão, carne e frango. A noite, todos os alunos jantavam, sendo composta a refeição principalmente por arroz e carne. Estudo realizado em uma universidade em Sergipe mostrou que os alunos apresentavam em suas dietas: frutas, verduras, legumes, carnes e ovos (FEITOSA et al., 2010). Ao contrário do que foi visualizado

no nosso estudo, onde os alunos não tinham o hábito de se alimentar de frutas e verduras. Sabe-se que, muitas vezes, a diversidade nos alimentos estão intimamente associados cultura das regiões, no entanto, ambos os estudos foram desenvolvidos no nordeste do país. É possível que a falta de orientação nutricional justifique os nossos achados.

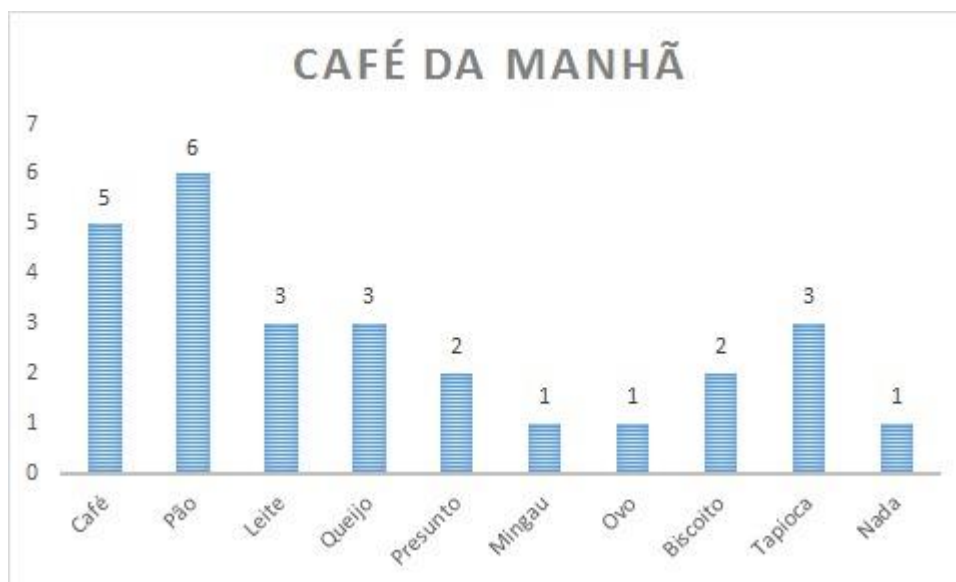


Figura 3: Distribuição qualitativa da refeição matutina pelos alunos recém-ingressos no curso de Farmácia da Fametro.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Nesse trabalho, verificou-se que a população de universitários recém-ingressos no curso de Farmácia era jovem, apresentando fatores de risco para enfermidades crônicas, dentre elas, o sedentarismo. No entanto, a obesidade era inexistente, apesar de uma má qualidade nutricional.

REFERÊNCIAS

- BARBOSA, M.T.S., CARLINI-COLTRIN, B., SILVA FILHO, A.R. O uso de tabaco por estudantes de primeiro e segundo grau em dez capitais brasileiras: possíveis contribuições da estatística multivariada para compreensão do fenômeno. *Rev Saúde Pública* 1989;23:401-9
- COUTINHO, J.G., GENTIL, P.C., TORAL, N.A. Desnutrição e obesidade no Brasil: o enfrentamento com base na agenda única da nutrição. *Cad Saúde Pública*, Rio de Janeiro 2008; 2(24): 332-340.
- FEITOSA, E. P. S. et al. Hábitos alimentares de estudantes de uma Universidade pública no Nordeste, Brasil. *Alim. Nutr. Araraquara*, v. 21, n. 2, p. 225-230, 2010

FEITOSA, E.P.S., DANTAS, C.A.O., ANDRADE-WARTHA, E.R.S., MARCELLINI, P.S.,
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.
Rev. Assoc. Bras. Nutr.: v.4, n.5, jan-jun, 2012

MATTOS, L. L., MARTINS, I. S. Consumo de fibras alimentares em população adulta. Rev.
Saúde Pública, São Paulo, v. 34, p. 50-55, 2000.

MENDES-NETTO, R.S. Hábitos alimentares de estudantes de uma universidade pública no
nordeste, Brasil. Alim. Nutr. , Araraquara v. 21, n. 2, p. 225-230, abr./jun. 2010

MOREIRA, N. W. R. et al. Consumo alimentar, estado nutricional e risco de doença
cardiovascular em universitários iniciantes e formandos de um curso de nutrição, Viçosa-MG.
Rev. APS. Viçosa, v. 16, n. 3, p. 242-249, 2013.