



# XXV Congresso de Iniciação Científica da Unicamp

18 a 20 Outubro Campinas | Brasil



2017



## EVOLUÇÃO DO CONSUMO ALIMENTAR E DO ESTADO NUTRICIONAL DOS ESTUDANTES INGRESSANTES NA FACULDADE DE CIÊNCIAS APLICADAS (FCA) DA UNICAMP

Laise Capelasso da Silva\*; Elaine Natali Gomes da Silva; Ana Carolina Junqueira Vasques.

### Resumo

Este estudo avaliou 50 alunos ingressantes nos cursos de graduação da Faculdade de Ciências Aplicadas da UNICAMP em 2015 e 2016, com o objetivo de se conhecer os perfis antropométrico, de consumo alimentar e hábitos de vida desses indivíduos, e de avaliar o impacto do primeiro ano de faculdade nestes parâmetros.

### Palavras-chave:

Avaliação nutricional, Nutrição, Universitários.

### Introdução

O aumento de doenças crônicas não transmissíveis entre os brasileiros cresceu nos últimos dez anos<sup>1</sup>, mas esse cenário pode ser revertido melhorando os hábitos nutricionais e de vida desde a juventude<sup>2</sup>. O presente estudo objetivou acompanhar o perfil nutricional e os hábitos de vida dos estudantes ingressantes na FCA durante o primeiro ano de faculdade, demonstrando a evolução destes.

### Resultados e Discussão

Trata-se de um delineamento prospectivo, com 50 indivíduos, 27 ingressantes em 2015 e 23 em 2016. Foram reavaliados 43 estudantes ao final do primeiro ano de graduação. Foram coletados IMC, circunferências do pescoço, braço, quadril, cintura e pregas cutâneas (tricipital, bicipital, subescapular e suprailíaca). Foi aplicado o Questionário de Frequência Alimentar<sup>3</sup> e questionários para hábitos de vida, previamente validados. As análises estatísticas foram realizadas no software SPSS versão 20.0.

A amostra total apresentou idade de 18 a 24 anos, com média de 18 anos, sendo 35 do sexo feminino e 15 do sexo masculino, ingressantes nos cursos de Nutrição (n=16), Ciências do Esporte (n=9), Engenharias (n=10) e Gestão (n=15) da FCA.

Os valores das variáveis antropométricas ficaram dentro da faixa de normalidade para a população estudada<sup>4</sup>. A circunferência do pescoço se mostrou maior nos meninos (p=0,001), as pregas bicipital (p=0,001), tricipital (p=0,001) e percentual de gordura corporal (p=0,001) se mostraram maior nas meninas.

Percebeu-se bons hábitos de vida dentre os estudantes, com exceção do consumo de bebidas alcóolicas. Cerca de 52% dos meninos ingere 5 ou mais doses por mês. As meninas apresentaram menos horas de sono por noite (p=0,01) e maior uso de medicamentos (p=0,01). Os universitários possuem, ainda, baixa prevalência de doenças crônicas não transmissíveis e preferência para suplementos proteicos.

A ingestão de proteínas e gorduras ficou acima dos valores de referência da literatura<sup>5</sup>, e de carboidratos, abaixo. Os meninos ingerem maior quantidade de energia (p=0,01), carboidrato (p=0,03), proteína (p=0,01), fibras (p=0,002) e ferro (p=0,009).

No segundo momento de avaliação não houve diferença significativa entre as variáveis antropométricas, consumo alimentar e hábitos de vida. O consumo de álcool apresentou pouca melhora na porcentagem das frequências de doses mensais (47,7% para 42,8%).

Tabela 1 – Comparação antropométrica e de composição corporal dos estudantes reavaliados

Variáveis	1ª avaliação	2ª avaliação	p
IMC (Kg/m <sup>2</sup> )	22,2 ± 3,4	22,0 ± 3,0	0,77
Circunf. Cintura (cm)	77,6 ± 6,9	77,9 ± 8,2	0,78
RCQ	0,8 ± 0,05	0,79 ± 0,05	0,46
Circunf. Braço (cm)	28,0 ± 3,3	28,3 ± 3,3	0,85
Circunf. Pescoço (cm)	34,5 ± 3	35,3 ± 4,1	0,41
Prega Cutânea Bicipital (mm)	9,4 ± 4,4	9,0 ± 4,0	0,71
Prega Cutânea Tricipital (mm)	13,9 ± 5,7	13,6 ± 6,2	0,90
Prega Cutânea Suprailíaca (mm)	12,7 ± 6,5	13,5 ± 6,0	0,79
Prega Cutânea Subescapular (mm)	12,8 (10,4 – 17,5)	13,0 (10,5 – 20)	0,05
Gordura Corporal (%)	26,1 (19,5 – 27,8)	25,8 (19 – 30,2)	0,42

\*Variáveis com distribuição normal apresentadas com média e desvio padrão e variáveis sem distribuição normal apresentadas com mediana e percentil 25 e 75

Tabela 2 - Comparação de hábitos nutricionais dos estudantes reavaliados

Variáveis	1ª avaliação	2ª avaliação	p
Energia (kcal)	2505 (1594,28-4107,02)	2131 (1746,66-3677,1)	0,59
Carboidrato (g)	178 (110,16-307,88)	138 (106,82-274,6)	0,18
Proteína (g)	93 (76,18-152,06)	91 (71,11-141,45)	0,66
Gorduras (g)	75 (55,55-122,56)	69 (54,16-108,61)	0,84
AGM (mg)	18,43 (13,34-33,67)	18,17 (14,04-30,05)	0,96
AGP (mg)	10,02 (6,51-15,79)	8,88 (6,79-14,58)	0,93
Fibras (g)	34,75 ± 25,20	35,57 ± 22,24	0,70
Cálcio (mg)	864,98 ± 587,36	767,31 ± 323,78	0,58
Ferro (mg)	13 (7,64 – 22,97)	11,42 (8,14-21,08)	0,57

\*Variáveis com distribuição normal apresentadas com média e desvio padrão e variáveis sem distribuição normal apresentadas com mediana e percentil 25 e 75

### Conclusões

Conclui-se que o primeiro ano de faculdade não interferiu no estado nutricional, nos hábitos de vida e no consumo alimentar dos universitários avaliados.

### Agradecimentos

Agradecemos especiais aos voluntários, à aluna parceira de projeto, à professora orientadora, à Faculdade de Ciências Aplicadas da UNICAMP e ao CNPQ pelo fomento à pesquisa.

<sup>1</sup> BRASIL. Ministério da saúde. Vigitel BRASIL 2016. Brasil, 2016.

<sup>2</sup> Wang Y, Monteiro C, Popkin BM. Trends of obesity and underweight in older children and adolescents in the United States, Brazil, China, and Rússia. Am J Clin Nutr 2002; 75:971-7.

<sup>3</sup> Martinez, M. F. et al. Validity and reproducibility of a food frequency questionnaire to assess food group intake in adolescents. Cad. Saúde Pública 2013, 29(9): 1795-1804.

<sup>4</sup> CUPPARI, Lilian (coord.); SCHOR, Nestor (ed.). Guia de nutrição: nutrição clínica no adulto. 2. ed. rev. e ampl. Barueri, SP: Manole, 2005. 474 p., il. (Guias de medicina ambulatorial e hospitalar).

<sup>5</sup> PADOVANI, Renata Maria; AMAYA-FARFAN, Jaime; COLUGNATI, Fernando Antonio Basile and DOMENE, Semíramis Martins Álvares. Dietary reference intakes: aplicabilidade das tabelas em estudos nutricionais. Rev. Nutr. [online]. 2006, vol.19, n.6, pp.741-760.