

Programa Institucional de Bolsas  
de Iniciação Científica PIBIC

23 a 25  
outubro

Pró-Reitoria de Pesquisa - Pibic/CNPq  
Pró-Reitoria de Graduação - SAE/Unicamp



B0325

### **ALIMENTAÇÃO E AS FASES DO CICLO DA VIDA: ASPECTOS PROMOTORES DA QUALIDADE DE VIDA NA ADOLESCÊNCIA, VIDA ADULTA E TERCEIRA IDADE**

Nadiely Cristina Silva (Bolsista ProFIS/SAE) e Prof. Dr. Roberto Vilarta (Orientador), Faculdade de Educação Física - FEF, UNICAMP

Os hábitos alimentares, adquiridos na adolescência e que por sua vez repercutem na qualidade de vida na terceira idade, compõem um dos principais elementos do estilo de vida capaz de modificar a composição corporal e influenciar aspectos relacionados com a promoção da saúde. Sendo assim, o objetivo deste estudo é formar uma base conceitual para compreensão dos aspectos da alimentação em fases específicas do ciclo da vida, definir as relações entre hábitos alimentares e fases da adolescência, vida adulta e terceira idade e por fim, analisar as relações existentes entre as fases do ciclo da vida e a alimentação focando a promoção da qualidade de vida. O presente estudo tem característica descritiva, utilizando como fonte de pesquisa, artigos científicos disponíveis em acervos bibliográficos. Até o momento pode-se notar que há grandes influências na construção do hábito alimentar, sendo estas: influências externas - ligadas a família, fatores culturais ou mesmo pela facilidade de preparo do alimento (comidas prontas); e também influências internas - ansiedade, preocupação com a imagem corporal e o desenvolvimento psicológico do indivíduo.

Alimentação saudável - Comportamento alimentar - Qualidade de vida