

ANÁLISE DO COMPORTAMENTO ALIMENTAR DE ADOLESCENTES

Congresso Brasileiro On-line de Comportamento Alimentar, Alimentação e Saúde, 3^a edição, de 26/04/2021 a 29/04/2021
ISBN dos Anais: 978-65-86861-99-0

SILVA; Viviane Martins Cardoso Silva ¹, PEREIRA; Patrícia Seixas Lopes², ROCHA; Ariane Ribeiro de Freitas Rocha ³, PRIORE; Silvia Eloiza Priore⁴

RESUMO

Introdução: A adolescência é uma fase em que mudanças ocorrem em diversos âmbitos, como as transformações corporais, o surgimento de novas responsabilidades, e a consolidação de uma identidade. Essas mudanças podem gerar estresse e ansiedade, e com isso, é comum o desenvolvimento de comportamentos alimentares inadequados, prejudiciais à saúde. Atualmente, em virtude do cenário imposto pela pandemia do COVID-19, os adolescentes estão passando mais tempo em casa e, assim, o comer emocional e os transtornos alimentares, como por exemplo, a compulsão alimentar, pode ocorrer com mais freqüência, indicando a necessidade de melhor compreender os hábitos alimentares desses indivíduos. **Objetivo:** Avaliar o comportamento alimentar dos adolescentes de um Colégio de Aplicação, em Viçosa-MG. **Metodologia:** Este estudo é parte do projeto de extensão NutColuni, aprovado no Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal de Viçosa - CEP/UFV (parecer 1.852.326). O projeto é realizado com alunos do primeiro ano do ensino médio de um Colégio de Aplicação e tem como objetivo desenvolver ações de promoção a saúde e prevenção de doenças. Devido a pandemia, as atividades do projeto precisaram ser adaptadas, sendo assim, aplicou-se um questionário via *Google Forms*, entre janeiro e março de 2021, a partir do qual avaliou-se o comportamento alimentar desses alunos. Os dados foram tabulados no Microsoft Office Excel® e as análises realizadas no *Software Statistical Program for Social Science* (SPSS) versão 2.0. Os resultados foram apresentados em freqüência absoluta e relativa, e o teste de Qui Quadrado utilizado para avaliar a relação entre as respostas, considerando valores de $p < 0,05$ como significativos. **Resultados:** O questionário foi respondido por 88 adolescentes, com média de idade de 16 anos, dos quais 54,55% ($n=48$) eram do sexo feminino. Observou-se que 25% ($n=22$) dos adolescentes comem mais quando estão estressados ou preocupados. Destaca-se que 62,5% ($n=55$) comem mesmo quando não estão com fome, e que 63,6% ($n=54$) passaram por situações em que comeram demais, achando que não conseguiram parar. Alguns adolescentes, 30,7% ($n=27$), relataram sentir que perderam o controle quando estavam comendo, situação que mostrou ser diferente entre os sexos ($p=0,047$), com 70,4% ($n=19$) desses sendo do sexo feminino. Vale ressaltar ainda, que 61,4% ($n=54$) descreveram passar muito tempo pensando em comida, dos quais 64,8% ($n=35$) eram do sexo feminino, com diferença significativa entre os sexos ($p=0,015$). **Conclusão:** Os comportamentos alimentares observados podem estar relacionados à tendência de compulsão alimentar, um transtorno alimentar comum entre os adolescentes. Embora este estudo não tenha avaliado esse comportamento no período anterior à pandemia do COVID-19, pode-se inferir que esse cenário tenha colaborado para piorar a alimentação desses indivíduos, especialmente pelo maior tempo ocioso e pelo isolamento social. Cabe salientar que os hábitos alimentares geralmente são consolidados na adolescência e podem se manter na vida adulta e, quando não saudáveis, podem contribuir para o aumento do peso corporal e o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis. Isso indica a necessidade de planos de ação para estímulo aos hábitos alimentares saudáveis em prol da saúde desses indivíduos, a curto, médio e longo prazo.

PALAVRAS-CHAVE: Adolescentes, Comportamento alimentar, Compulsão alimentar

¹ Universidade Federal de Viçosa- UFV, viviane.cardoso@ufv.br

² Universidade Federal de Viçosa- UFV , patricia.seixas@ufv.br

³ Universidade Federal de Viçosa - UFV , ariane.freitas@ufv.br

⁴ Universidade Federal de Viçosa - UFV , sepriore@gmail.com

