

CARACTERIZAÇÃO DO PERFIL SOCIOECONÔMICO, DEMOGRÁFICO, HÁBITOS DE VIDA E QUALIDADE ALIMENTAR DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS RESIDENTES EM REPÚBLICAS ESTUDANTIS

Congresso Brasileiro On-line de Comportamento Alimentar, Alimentação e Saúde, 4^a edição, de 18/04/2022 a 20/04/2022
ISBN dos Anais: 978-65-81152-55-0

SILVA; Thalia Gomes da ¹, FREITAS; Flavia Vitorino ², CARDOSO; Luciane Daniele ³, OLIVEIRA; Daniela da Silva ⁴

RESUMO

A transição para a vida adulta é o estágio da vida onde grande parte dos jovens saem da casa dos pais e não contam mais com uma rede de apoio para o auxílio de atividades domésticas, como cozinhar. Logo, a população jovem, ao sair da casa dos pais, principalmente ao ingressarem em uma universidade, adquirem novos hábitos de vida e alimentares, muitas vezes considerados como não saudáveis. Deste modo, o presente estudo caracterizou o perfil socioeconômico, demográfico e avaliou os hábitos de vida e alimentares dos estudantes da Universidade Federal do Espírito Santo *campus Alegre*, ES, residentes em repúblicas estudantis. Os dados foram coletados por meio de aplicação de um questionário *online* via *Google forms*, com perguntas abertas e fechadas que abordavam aspectos socioeconômicos, demográficos, hábitos de vida e da qualidade alimentar dos estudantes. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética e Pesquisa com Seres Humanos da UFES - Alegre, pelo parecer número 4.869.181 em 21 de julho de 2021. Foram incluídos na pesquisa estudantes da universidade, maiores de 18 anos, que residisse em república estudantil antes ou durante a pandemia da covid-19 e que se encaixasse nos critérios de inclusão da pesquisa. Participaram da pesquisa 89 estudantes, com idade média de 24,5 anos, e com renda familiar, predominante, de 1 a 3 salários mínimos, além disso, a maior parte dos estudantes relatou residir na sua república por 2 anos ou mais. Alunos dos 17 cursos da UFES *campus Alegre*, ES, participaram da pesquisa, porém o curso de nutrição foi o mais representado. A maioria dos estudantes relatou ser praticante de atividade física e não fumante (78,7% e 86,5%, respectivamente). Sobre os hábitos alimentares, quando perguntados sobre mudanças na alimentação ao saírem da casa dos pais, 42,69% relataram mudança para pior. Já relação a qualidade alimentar, constatou-se que os mesmos não possuem um padrão considerável de substituição de refeições por lanches, pois o relato de substituição foi baixo para as três principais refeições (café da manhã, almoço e jantar). O consumo de marcadores de alimentação saudável é usual para mais da metade da amostra quando se trata do consumo de feijão e de verduras e/ou legumes, porém, representou usualidade abaixo da média para o consumo de frutas. Sobre os marcadores não saudáveis da alimentação, foi relatado uma não usualidade de consumo desses alimentos, pois em todas as categorias avaliadas (hambúrguer e/ou embutidos; macarrão instantâneo, salgadinhos de pacote ou biscoitos salgados; biscoitos recheados, doces ou guloseimas; bebidas adoçadas) o consumo usual ficou bem abaixo da média. Portanto, observa-se que a alimentação dos estudantes participantes da pesquisa não é completamente inadequada, mas deve-se considerar que houve grande participação de estudantes do curso de nutrição, o que pode ter contribuído para que os resultados obtidos não fossem totalmente inadequados. Porém, ainda assim, a alimentação dos estudantes residentes em repúblicas é passível de melhorias, pois pode apresentar risco de desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis, pelo consumo abaixo do recomendado de alimentos promotores de saúde. Dessa forma, melhorias nos hábitos alimentares são necessárias.

PALAVRAS-CHAVE: Inadequação alimentar;; Ingestão alimentar;; Perfil alimentar;; Repúblicas estudantis;; Universitários;;

¹ Universidade Federal do Espírito Santo, thaliagomes_s@hotmail.com

² Universidade Federal do Espírito Santo, flaviorinogmail.com

³ Universidade Federal do Espírito Santo, ldcardosontr@gmail.com

⁴ Universidade Federal do Espírito Santo, dani_ufv@yahoo.com.br

¹ Universidade Federal do Espírito Santo, thaliagomes_s@hotmail.com

² Universidade Federal do Espírito Santo, flavitorino@gmail.com

³ Universidade Federal do Espírito Santo, ldcardosontr@gmail.com

⁴ Universidade Federal do Espírito Santo, dani_ufv@yahoo.com.br