

SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL, SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA

XXVIII Encontro de Extensão

Encontros Universitários da UFC 2019

Elizangela Alves de Oliveira, Lucas Vasconcelos de Oliveira, Dhébora Paiva Lima, Adriana Camurça Pontes Siqueira, Gustavo Burger Sirqueira, Adriana Camurça Pontes Siqueira

O presente estudo foi desenvolvido no ano de 2019 como proposta do projeto de extensão intitulado Segurança Alimentar e Nutricional, Saúde e Qualidade de Vida do Curso de Gastronomia da UFC, e teve por objetivo analisar os hábitos alimentares e o estado nutricional de adolescentes matriculados em tempo integral no ensino médio de uma escola pública de Fortaleza-CE. Assim, realizou-se na escola EEMTI Santo Afonso a aplicação de questionários de avaliação alimentar e nutricional e a aferição do peso e altura para o cálculo do Índice de massa corporal, IMC. Os dados foram analisados com base em informações fornecidas pelo Ministério da Saúde para a faixa etária de 15 a 18 anos. 67 alunos se propuseram a participar da avaliação, e os menores de 18 anos tiveram a anuência dos pais, que assinaram um termo de consentimento. Os alunos avaliados eram de ambos os sexos, tinham idade entre 15 e 18 anos e estavam matriculados no 1º e 2º ano do ensino médio em tempo integral. Dos 67 alunos analisados 56,7% eram do sexo masculino, visto que as meninas não queriam aferir as medidas de peso e altura. Os dados foram digitados e calculados em planilha Excel e em seguida analisados. Obteve-se os seguintes resultados: 7,5% estão em estado de obesidade, 16,4% encontram-se com sobrepeso e 6% estão com os índices de baixo peso, os demais estão com IMC adequado para a idade. De acordo com as informações fornecidas pelos voluntários nos questionários de consumo alimentar, os principais causadores de sobrepeso e obesidade nos adolescentes avaliados são o consumo de alimentos ultraprocessados, bastante calóricos e a falta de atividade física com frequência regular. Feito o diagnóstico a próxima ação do projeto será trabalhar por meio de educação alimentar e nutricional, com atendimento nutricional, palestras e oficinas de gastronomia, os adolescentes que estão com os valores de IMC fora do adequado, visando promover uma melhor alimentação, saúde e qualidade de vida na população estudada.

Palavras-chave: adolescentes. obesidade. educação alimentar. qualidade de vida.