

# CONSUMO DE ALIMENTOS MARCADORES DE RISCO CARDIOVASCULAR DE ACADÊMICOS DE ENFERMAGEM DE UMA UNIVERSIDADE FEDERAL BRASILEIRA

## V Encontro de Iniciação Acadêmica

Ana Catarina Ketlen Gonzaga Rodrigues, Caroline Bessa da Silva, Ana Carolina Bernardo Alves, Giovanna Oliveira Silva Alves, Jenifa Cavalcante dos Santos Santiago

**Introdução:** Segundo o Ministério da Saúde, doenças cardiovasculares são a principal causa de mortes em todo o planeta. Dentre os fatores de risco para essas doenças estão o fumo, o diabetes, o sedentarismo e a alimentação inadequada. No período acadêmico, o universitário possui uma rotina intensa, fator que contribui para o consumo de alimentos rápidos, ricos em açúcares e gorduras, os quais são pouco saudáveis. Reconhecer essa prática é um passo fundamental para a mudança de hábitos que levam ao desenvolvimento de doenças cardiovasculares. **Objetivo.** Objetivou-se avaliar o consumo alimentar marcador de risco cardiovascular de acadêmicos de enfermagem de uma universidade federal brasileira. **Métodos.** Tratou-se de estudo transversal, descritivo realizado com 29 acadêmicos de enfermagem, no período de agosto de 2020. A coleta de dados se deu por formulário virtual, devido à situação mundial de pandemia da COVID-19, após aprovação em comitê de ética e aceite do participante por meio do termo de consentimento livre e esclarecido. Houve dificuldade na adesão do público alvo em participar da pesquisa, explicando o número reduzido de participantes. Ressalta-se que esses são dados preliminares de uma pesquisa ainda em andamento. **Resultados.** Do total de participantes, 93,1% eram do sexo feminino. 69% tinham entre 18 a 20 anos, 60% com renda de 1 a 3 salários mínimos. 62,1% afirmaram não ter uma dieta hipossódica; 96,6% não adicionam sal à comida; 72,4% não possuem uma dieta hipogordurosa; 48,3% têm cinco refeições por dia; 65,5% sempre tomam o café da manhã; 69% tiveram o consumo alimentar considerado adequado, 6,9% elevado e 24,1% excessivo. **Conclusão.** Conclui-se que há um grande número de acadêmicos com consumo alimentar considerado elevado ou excessivo, evidenciando a necessidade da implementação de métodos de promoção de saúde, a fim de reduzir os riscos para doenças cardiovasculares.

**Palavras-chave:** ENFERMAGEM. CARDIOVASCULAR. CONSUMO ALIMENTAR.