



## Perfil dos estudantes de medicina do UniFOA segundo seus hábitos alimentares após ingressarem na faculdade.

**BAYLÃO, A.C.P. <sup>(1)</sup>; BAYLÃO, A.L.P. <sup>(1)</sup>; FERREIRA, B.S. <sup>(1)</sup>; FREITAS, T. <sup>(1)</sup>;  
SIMÕES, N.L. <sup>(1)</sup>; GUIDORENI, C.G. <sup>(1)</sup>**

1 – UniFOA, Centro Universitário de Volta Redonda, Volta Redonda, RJ.

[crisguidoreni@gmail.com](mailto:crisguidoreni@gmail.com)

### RESUMO

No Brasil, os diversos fatores sociais e de risco para as DANTs ainda são significativos e exigem continuidade no programa de controle, especialmente os fatores de risco modificáveis. Segundo o Ministério da Saúde, entre os brasileiros apenas 18,2% consomem cinco porções de frutas e hortaliças em cinco ou mais dias por semana, 34% consomem alimentos com elevado teor de gordura e 28% consomem refrigerantes cinco ou mais dias por semana, o que contribui para o aumento da prevalência de excesso de peso e obesidade, que atingem 48% e 14% dos adultos, respectivamente. O objetivo deste trabalho foi verificar os fatores de risco para Doenças e Agravos não Transmissíveis (DANTs) nos estudantes do primeiro ao décimo segundo período do curso de Medicina do UniFOA segundo variáveis de seu comportamento alimentar. Foram recolhidos, através de um questionário autoaplicável, dados referentes aos hábitos alimentares dos alunos de todos os períodos do curso de medicina entre agosto e setembro de 2015. Participaram da pesquisa 428 alunos do curso de medicina do UniFOA, totalizando mais de 75% de todos os estudantes. Os alunos apresentaram idades entre 18 e 39 anos, com uma média de 24 anos. Ao todo, 68,14% da amostra foi constituída de mulheres e 30,91% de homens (alguns estudantes não responderam o sexo). Encontramos que aproximadamente 70% dos alunos se mudaram de casa após entrar na faculdade. Quanto aos hábitos alimentares, quase 80% dos alunos concordam que de alguma maneira eles mudaram o modo como se alimentam após a entrarem na instituição. Foram analisadas as variáveis de frequência de consumo de verduras ou legumes, saladas, carne vermelha, alimentos hipercalóricos, suco de frutas natural, frutas, refrigerante e sucos artificiais durante a semana. O consumo de frutas, legumes e vegetais e saladas em geral em 5 ou mais dias da semana é feito por aproximadamente 36% dos alunos, os demais não afirmaram consumir estes itens em frequência adequada na semana. Em compensação, 63,7% dos alunos afirmaram consumir alimentos hipercalóricos em entre 1 e 4 dias por semana. Nossos resultados apontam para uma clara deficiência dos estudantes em conseguir manter um padrão de alimentação saudável concomitante à rotina do curso de medicina e destacam a necessidade de ações que promovam uma melhoria na qualidade de vida destes alunos durante sua graduação.

(Agências Financiadoras FOA).

**Palavras-chave:** fatores de risco; hábitos alimentares; estudantes de medicina.