

HÁBITOS ALIMENTARES E ESTADO NUTRICIONAL DE ESTUDANTES DO CURSO DE ENFERMAGEM E OBSTETRÍCIA DO INSTITUTO SUPERIOR POLITÉCNICO JEAN PIAGET DE BENGUELA

Irina Alexandra Lopes de Almeida¹, Alina Maria Ruiz Piedra²

¹ Enfermeira, Professora Coordenadora no ISP Jean Piaget Benguela, irinitalmeida@gmail.com; ² Doutora em Ciências de Educação Médica, Professora auxiliar no ISP Jean Piaget Benguela

Introdução: A alimentação é fundamental não somente para suprir as necessidades de nutrientes, mas também para manter um bom estado nutricional. **Objectivo:** Determinar a associação entre estado nutricional e hábitos alimentares. **Metodologia:** Estudo quantitativo, observacional, descritivo, transversal e prospectivo, realizado em Abril de 2022. A população de estudo incidiu sobre os 230 estudantes do 2.º ano curricular do Curso de Enfermagem e Obstetrícia do ISPJPB. A amostra foi não aleatória, confirmada por um total de 100 estudantes que aceitaram participar no/do estudo. O teste não paramétrico X^2 foi utilizado para comprovar a associação entre a variável de estudo: estado nutricional e demais variáveis dicotomizadas, com 95% de confiança. O estatístico OR facilitou determinar o tipo de associação e a variável como factor protector ou de risco. **Resultados:** Os testes evidenciaram uma realidade de 68% de estudantes eutróficos, verificando-se o nível de consumo dos produtos alimentares essenciais abaixo do normal, na grande maioria dos estudantes: 92% consomem menos porções de refeições de acordo com o estabelecido; 51%, hidratos de carbono abaixo do normal; 75%, frutas abaixo do normal; 52%, verduras e legumes abaixo do normal; 66%, produtos lácteos abaixo do normal; 67% bebem pouco água por dia. Por sua vez, em contrapartida, 60% dos estudantes consomem açúcares por excesso; 13% consomem sal em excesso e 24% têm hábitos de consumo de *fast food* mais do que o indicado. Foi observada uma associação significativa entre estado nutricional e consumo de frutas ($X^2= 3,922$, $p=0,048$), assim como *fast food* ($X^2=5,518$ $p=0,019$). O estatígrafo $OR=0,038$ (lim inf= $1,23$ -lim sup= $4,95$) demonstrou uma associação directa entre as duas variáveis, em que o consumo de frutas se comporta como factor protector com possibilidade de reduzir para 2,63 vezes um estado nutricional anormal. Contrariamente, a variável *fast food* com $OR= 1,23$ (lim inf= $1,54$ – lim sup= $3,57$)

comportou-se como factor de risco que incrementa/aumenta 1,23 vezes a possibilidade de um estado nutricional anormal, pois o ingresso na vida académica implica deixar de realizar refeições completas e saudáveis, dada a extensa rotina de actividades universitárias. **Conclusão:** Demonstrou-se, através dos estatígrafos correspondentes, uma associação estatística significativa e directa entre a variável de estudo estado nutricional e as variáveis consumo de frutas e *fast food*.

Palavras-chave: Hábitos alimentares, Estado nutricional, Estudantes.

Referências Bibliográficas:

de Castro, L., & Brião, G. (2020). Guia de alimentação saudável para adolescentes [Dissertação de mestrado não publicado]. Universidade Estatal do Rio de Janeiro.

Scheunemann, C., & Lopes, P. (2019). Hábitos Alimentares e Concepções sobre Alimentação Equilibrada: Uma Investigação com Alunos do Oitavo Ano do Ensino Fundamental [Eating Habits and Conceptions about Food Balanced: An Investigation of Eighth Grade Students of Fundamental Education]. *Alexandria - Revista de Educação em Ciência e Tecnologia*, volume (12), 283-285. <http://dx.doi.org/10.5007/1982-5153.2019v12n1p279>