

CLASSIFICAÇÃO ANTROPOMÉTRICA PELO IMC E HÁBITOS ALIMENTARES DE ESTUDANTES PARTICIPANTES DE UM TORNEIO ANUAL DE FUTEBOL UNIVERSITÁRIO (APOIO UNIP)

Aluna: Cláudia Michielin Della Colleta Vianna

Orientadora: Profa. Dra. Kelli Cristina Paiva

Curso: Nutrição

Campus: Ribeirão Preto

A entrada na universidade é um período acompanhado por mudanças nos hábitos alimentares e na prática de atividade física. A influência do novo meio pode apresentar culturas modistas como suplementos alimentares, álcool e fumo, as quais podem ser incorporadas na vida dos estudantes, perdurando pelo resto da vida e contribuindo no desenvolvimento de doenças crônicas. O trabalho teve como objetivos a classificação antropométrica de universitários que participaram de um torneio anual de futebol, a identificação de seus hábitos alimentares, os tipos e frequências de atividade física praticada por eles, além do uso de suplementos, álcool e fumo. O estudo foi realizado mediante uma pesquisa experimental, com coleta de dados de peso e altura e por meio de um questionário padronizado, elaborado e aplicado pelo pesquisador. Os dados obtidos foram analisados utilizando o programa Microsoft Excel 2010. Os resultados mostraram que a maioria dos sujeitos estudados apresentou-se na faixa de eutrofia; a grande maioria costuma comer fora de casa pelo menos uma a duas vezes na semana, porém o consumo de arroz e feijão e café da manhã se mostrou diário por mais da metade da amostra; a grande maioria dos pesquisados pratica atividade física de duas a três vezes na semana e não consome suplementos; o consumo de álcool é frequente, porém não o hábito de fumo. Concluiu-se que os universitários observados possuem perfil nutricional e hábitos saudáveis, ainda que não em sua totalidade, porém ainda é necessário a implementação de medidas que conduzam à manutenção da saúde.