

ASSOCIAÇÃO ENTRE DIETA E OBESIDADE DE INDIVÍDUOS ADULTOS UNIVERSITÁRIOS (APOIO UNIP)

Aluna: Márcia Luiza Sartori

Orientador: Prof. Erick Prado de Oliveira

Curso: Nutrição

Campus: Bauru

Sabe-se que a obesidade é crescente em todo o mundo e que a dieta é um dos principais fatores associados com esse aumento. O objetivo do presente estudo foi avaliar a associação da dieta com o Índice de Massa Corporal (IMC). Foram avaliados 66 estudantes de uma Universidade na cidade Bauru. A avaliação antropométrica foi composta pelas medidas de peso corporal e estatura, e posterior cálculo do IMC. O consumo alimentar foi avaliado por meio de recordatório de 24 horas. Os macronutrientes e porções da pirâmide alimentar brasileira foram calculados utilizando o *software* Nutwin. Os dados foram descritos em média \pm DP e foi realizada a correlação de Spearman para associar o consumo dietético com o IMC. O nível de significância adotado foi de 5%. Utilizou-se o *software* STATISTICA 6.0. Os indivíduos eram jovens ($22,7 \pm 5,5$ anos) e apresentavam sobrepeso (IMC = $24,29 \pm 4,2$ kg/m²). O consumo de fibras foi menor ($17,3 \pm 10,4$ g) em relação ao estabelecido por dia; o de proteína ($18,9 \pm 7,8$ g/kg peso atual) está acima do recomendado (0,8 a 1,0 g/kg peso atual); o consumo de carboidrato está dentro do normal, já que sua recomendação vai de 50 a 60% ($53,5 \pm 10,1\%$); a monoinsaturada com $8,01 \pm 3,1\%$ (normal até 20%) e a poliinsaturada com $4,1 \pm 2,1\%$ (normal até 10%) também estão dentro das normas estabelecidas. Observou-se correlação negativa entre o consumo de carboidrato e o IMC ($r = -0,24$, $p = 0,04$). Conclui-se que o menor consumo de carboidrato está associado com o maior peso corporal.