

ANÁLISE DO CONHECIMENTO E COMPORTAMENTO ALIMENTAR DE ADOLESCENTES PRATICANTES DE BALÉ CLÁSSICO (APOIO SANTANDER)

Aluna: Ariana Alves Brito

Orientadora: Profa. Christina Montuori

Curso: Nutrição

Campus: Tatuapé

A adolescência é marcada por grandes transformações biopsicossociais, determinando necessidades importantes, como alimentação adequada para crescimento e desenvolvimento esperados nessa faixa etária. A prática de atividade física na adolescência pode trazer diversos benefícios, como a diminuição do risco de obesidade e de doenças cardiovasculares. Considerando a importância de hábitos alimentares em adolescentes praticantes de atividade física, o estudo teve como objetivo avaliar os níveis de conhecimento nutricional, estado nutricional, hábitos e comportamentos alimentares de adolescentes que praticam balé clássico em um centro de artes na cidade de Itaquaquecetuba. Sendo um estudo transversal descritivo com 70 adolescentes do sexo feminino, realizou-se avaliação do estado nutricional, análise do conhecimento nutricional por meio da escala de conhecimento nutricional de Harnack *et al.* (1997) traduzido para o português por Scagliusi *et al.* (2006), e aplicação do questionário adaptado da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar – PeNSE (2015), para verificação dos hábitos e consumo alimentar. Em relação ao estado nutricional, a maioria encontrou-se eutrófica 65,7% (n=46) e índices iguais para baixo e moderado conhecimento nutricional, sendo 47% (n=33) para ambos. Encontrou-se maior prevalência no hábito de tomar café da manhã todos os dias em 71,4% (n=50) e realização de refeições principais acompanhadas diariamente 73% (n=51). Verificou-se um baixo consumo de frutas, verduras e legumes em comparação com alimentos considerados não saudáveis, como refrigerantes, ultraprocessados e guloseimas. A associação dos níveis de conhecimento nutricional e a baixa

ingestão de verduras, legumes e frutas possibilitou a classificação das adolescentes como um possível grupo de risco, que exige atenção especial para a promoção de hábitos alimentares saudáveis.