

# ESTADO NUTRICIONAL NA INFÂNCIA E ADOLESCÊNCIA E PERPETUAÇÃO NA FASE ADULTA (APOIO UNIP)

**Aluna:** Letícia Alves da Silva

**Orientadora:** Profa. Dra. Rita Cristina Chaim

**Curso:** Nutrição

**Campus:** Bauru

Nutrição adequada está intimamente relacionada à saúde e seu consumo inadequado, seja em qualidade e/ou em quantidade, aliado ao estilo de vida, predispõe a agravos sendo que o ganho de peso é frequentemente observado e associado a outras patologias. O objetivo foi verificar se o estado nutricional antropométrico atual tem precedentes na infância e adolescência, quais as características da alimentação atual quanto ao consumo de alimentos industrializados e se há hábito de praticar atividade física. Foram entrevistados 31 indivíduos usando um questionário. Os resultados mostraram que 58% dos estudados apresentaram estado antropométrico avaliado segundo o IMC com valores de peso excessivo (sobrepeso e obesidade grau I), seguido de 35,5% com eutrofia e que 58,8% não praticam atividade física. O consumo de alimentos processados mostrou que o pão foi de consumo diário; o extrato de tomate foi consumido na semana; queijos, peixes enlatados tiveram consumo maior que semanal (que pode ser quinzenal ou mensal). Para alimentos ultraprocessados (biscoitos doces, sorvetes, sucos em pó, *fast foods* e salgadinhos), foi observado que o consumo predominante foi o de tempo maior que o semanal e/ou o não consumo. Para os embutidos e refrigerantes predominou o consumo semanal. Os resultados permitem concluir que a população estudada: apresentou um estado antropométrico que não é o ideal; não pratica atividade física; faz consumo de alguns alimentos processados e ultraprocessados. Esses resultados podem ser melhorados para minimizar riscos futuros à saúde. Sugere-se que ações educativas sejam propostas para reforçar a importância da boa alimentação na saúde e, conseqüentemente, na qualidade de vida.