

Comportamento alimentar de universitários de uma instituição privada de Minas Gerais

Eating behavior of university of a private institution of Minas Gerais

Juliana Ladeira Garbaccio, Amanda Laís Gonçalves Gama Pereira, Ana Paula dos Santos Pedra

Departamento de Enfermagem, Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais Campus Betim, Rua do Rosário, 1081, Bairro Angola, Betim, Minas Gerais, CEP32604-115, julianaladeira@pucminas.br.

Palavras-chave: alimentação; universitários; comportamento alimentar; fatores de risco.

Keywords: power; university; feeding behavior; risk factors

Introdução: A alimentação é essencial para a sobrevivência do homem e possui potencial para prevenir doenças ou desencadeá-las. A transição da adolescência para a fase adulta é um período de intensas transformações e a inserção na universidade possibilita novas relações sociais e a adoção de novos comportamentos, como os alimentares, tornando o indivíduo susceptível a atitudes que proporcionam riscos à saúde. **Objetivos:** Analisar o comportamento alimentar de estudantes de uma universidade privada de Minas Gerais; conhecer o perfil sociodemográfico dos participantes; pontuar o tipo de alimentação, a frequência e o local onde as refeições acontecem. **Metodologia:** Tratou-se de uma pesquisa transversal, conduzida entre setembro e dezembro de 2014, após aprovação junto ao Comitê de Ética em Pesquisa (PUC Minas). Foram entrevistados alunos dos cursos de diferentes áreas: humanas, biológicas e exatas. Adotou-se um questionário estruturado, auto aplicado, contendo questões relativas ao perfil sociodemográfico, econômico e comportamentos alimentares. Para análise dos dados utilizou-se o programa *statistical package for the social sciences* (SPSS) versão 13.0. **Resultados:** A amostra consistiu em 500 alunos regularmente matriculados, 337 mulheres e 163 homens com média de idade de 24 anos e renda mensal média de R\$976,00. A maioria (89,6%) afirmou não possuir patologias. Em relação à alimentação 79,8% responderam que seus hábitos alimentares mudaram após ingressarem na universidade, 42,2% disseram não possuir alimentação equilibrada, 36,4% relataram realizar a maior parte das refeições fora do domicílio, 56,4% informaram não realizar atividades físicas e 53,8% afirmaram ingerir bebida alcoólica. **Discussão:** Identificou-se que os hábitos alimentares de grande parte dos estudantes são inadequados e a maioria nega a prática de atividade física, assemelhando-se a outras pesquisas realizadas com universitários brasileiros de Pernambuco. **Conclusão:** Os alunos estão expostos a alguns fatores próprios do ambiente e rotina da vida acadêmica que podem impactar na saúde, portanto, tornam-se imprescindíveis ações que remetam aos resultados dessa pesquisa, envolvendo o próprio espaço universitário.