

Análise do perfil alimentar entre acadêmicos de uma faculdade de medicina do noroeste paulista

Analysis of the dietary profile among academics of a medical school in northwest of São Paulo

Guilherme de Barros¹, Marina de Carvalho Bofo¹, Leonardo Dias¹, Luana Ishimi de Souza¹, Durval Ribas Filho¹, Tainara Costa^{1*}.

¹Faculdade de Medicina, Centro Universitário Padre Albino – UNIFIPA, Catanduva, SP, Brasil.

[*Autor para correspondência: tay_costa@yahoo.com.br]

Data de submissão: 10 de março de 2022

Data de aceite: 24 de abril de 2022

Data de publicação: 17 de maio de 2022

RESUMO

Este estudo visa analisar o perfil nutricional de acadêmicos de medicina de uma faculdade de medicina do noroeste paulista. A priori, deve-se ter em mente que tais alunos são provenientes de várias regiões do país e, por isso, possuem hábitos alimentares diferentes. A pesquisa foi realizada por meio de um questionário fechado, o qual se trata de um recordatório alimentar e uma análise antropométrica com finalidade de avaliar a qualidade alimentar do indivíduo nas refeições realizadas nas últimas 24 horas, podendo, ao final, identificar o perfil nutricional e antropométrico dos acadêmicos de medicina do interior do estado de São Paulo.

Palavras Chaves: acadêmicos de medicina; perfil nutricional; qualidade de vida.

ABSTRACT

This study has the intention to review the nutritious profile of medicine students from a medicine college of São Paulo northwestern. As a priority, must have in mind that these students are from several regions of the country and, therefore, they have different dietary habits. The research was conducted by a questionnaire, which is about a dietary reminiscent and an anthropometric analyze that will simulate the individual's diet from meals taken in the last 24 hours, being able to, in the end, identify the nutritious profile and anthropometric of the medical students in the interior of the state of São Paulo.

Keywords: medical students; nutritious profile; quality of life.

INTRODUÇÃO

O consumo nutricional (obtenção de macro e micronutrientes) e consumo alimentar (ato de ingerir alimentos) são requisitos básicos para a promoção e proteção da saúde¹.

No entanto, o ato de escolher e ingerir, ou seja, o comportamento alimentar do indivíduo, provém de uma conduta baseada em pensamentos, crenças, sentimentos e do meio em que está inserido. Em outras palavras, resulta da interação entre mente, corpo e sociedade. Considerando, então, esses conceitos, conclui-se que o comportamento alimentar pode ser alterado por diversas situações, positivamente ou negativamente, como por exemplo o ingresso à universidade².

Estudos indicam que diversos jovens universitários não possuem um bom conhecimento científico com relação à importância do consumo nutricional e hábitos saudáveis³.

Assim, o perfil nutricional desse grupo seria caracterizado pelo consumo excessivo de alimentos pobres em nutrientes e de maior praticidade e comodidade, como por exemplo, refrigerantes, junk foods, industrializados, entre outros. Visto que, o estilo de vida é marcado pela busca da otimização do tempo, distanciamento familiar e, conseqüentemente, a autonomia com relação a escolha e elaboração do próprio alimento².

Entretanto, apesar de possuírem uma vida agitada, os estudantes de medicina, em tese, possuem um conhecimento amplo de fatores determinantes da saúde, como a nutrição. Dessa forma, faz-se necessário analisar o perfil

nutricional dos acadêmicos de medicina.

Isso porque é restrito o conhecimento sobre o quanto o meio social e estilo de vida desses indivíduos se sobrepõe aos conhecimentos da necessidade de uma boa alimentação na influência do comportamento alimentar.

MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de um estudo transversal, de natureza quantitativa com coleta de dados por meio de um recordatório alimentar, guiado por um questionário fechado, com alimentos diversos nas linhas e quantidades nas colunas, em gramas e mililitros, baseado no exposto por Ribeiro *et al.* (2006)⁴, e aplicado à 100 acadêmicos do primeiro ao sexto ano do curso de Medicina de uma faculdade do noroeste paulista, no município de Catanduva - SP. Todos os participantes estiveram em concordância com a participação da pesquisa e se submeteram à assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TLCE), protocolado junto ao Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário Padre Albino (UNIFIPA) sob o protocolo 4.787.498, de acordo com o que rege a Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde, que trata sobre as pesquisas envolvendo seres humanos.

Foi aplicado um questionário antropométrico solicitando: peso, altura. Além disso, foi utilizado um questionário com questões fechadas, que permitem caracterizar o recordatório alimentar de 24 horas e o perfil nutricional dos acadêmicos de Medicina de uma faculdade do noroeste paulista. Os questionários foram aplicados de forma virtual utilizando a plataforma "Google Forms". Os dados coletados foram armazenados em uma

planilha de Excel dentro de um pen drive que fica sob sigilo e apenas os pesquisadores têm acesso.

Foram incluídos no estudo indivíduos de ambos os sexos, com mais de 18 anos e matriculados no curso Medicina de uma faculdade do noroeste paulista, que aceitaram participar de todas as etapas do estudo.

RESULTADOS

A partir dos dados coletados pela aplicação do questionário antropométrico, foi possível analisar o padrão de Índice de Massa Corpórea (IMC) prevalente entre os estudantes do curso de Medicina, do primeiro ao sexto ano. A idade mínima entre os estudantes foi de 18 anos, enquanto que a máxima foi de 33 anos, determinando assim uma idade média de 21,64 anos, com um desvio-padrão de 2,44 anos.

Logo, infere-se, segundo os dados obtidos (Figura 1) que 64% dos estudantes apresentaram eutrofia ($18,5-24,9\text{kg/m}^2$), refletindo uma maioria saudável. Por tanto, nota-se que 26% apresentam sobrepeso ($25-29,9\text{kg/m}^2$) e 4% apresentam obesidade, quando associados os diferentes graus dessa (grau I, II e III), ou seja, 3% obesidade grau I ($30-34,9\text{kg/m}^2$) e 1% obesidade grau III ($>40\text{kg/m}^2$). Contrapondo-se a isso, 6% dos estudantes encontra-se com baixo peso ($<18,5\text{kg/m}^2$). Em um estudo realizado por Gasparetto e Silva (2012)⁵, visando à análise do perfil antropométrico de universitários do curso de Nutrição, Enfermagem, Fisioterapia e Educação Física, resultados semelhantes foram encontrados. Nessa análise, 64,2% dos estudantes apresentavam-se dentro do intervalo normal, 2,7% com baixo peso (magreza grau I), 27,7% com sobrepeso, 3,6% com obesidade grau I e

1,7% com obesidade grau II.

A taxa de sobrepeso entre os estudantes de medicina com base nos dados coletados também se aproximou da vigente no estudo de Lessa e Montenegro (2006)⁶ realizado na Universidade de Ciências da Saúde de Alagoas (UNCISAL), em que o sobrepeso prevaleceu em 55,77% dos estudantes. Embora os dados coletados proporcionem uma taxa de sobrepeso inferior, ainda assim é preocupante.

Considerando tais informações, é importante salientar que a obesidade apresenta um grande impacto não só na saúde, como também no bem estar, aumentando o risco de comorbidades como – diabetes, câncer, doenças cardiovasculares, e doença hepática, gerando assim um maior índice de mortalidade⁸. Cabe ressaltar que o IMC apresenta limitações, uma vez que não permite a avaliação da composição corporal dos indivíduos, dado que não se pode afirmar com certeza o se há excesso de gordura corporal ou de massa muscular⁹.

Os dados com relação à alimentação vigente no café da manhã estão apresentados na Tabela 1.

Em relação ao consumo de leite, 82% dos entrevistados relataram não consumirem, 5% consomem 125ml, 11% consomem 250ml e 1% consomem 500ml, por dia. Referente ao consumo de iogurte, 89% dos entrevistados relataram não consumirem, 7% consomem 125ml e 4% consomem 250ml, por dia. Já em relação ao consumo de café, 62% dos entrevistados relataram não consumirem, 3% consomem mais que 750ml, 3% consomem 500ml, 9% consomem 250ml e 23% consomem 125ml, por dia. Portanto em relação ao consumo de suco artificial, 100% dos entrevistados relataram não consumirem.

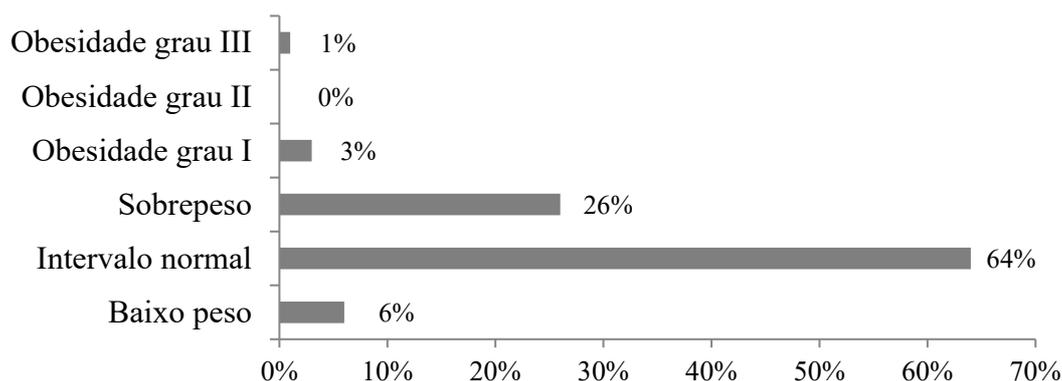


Figura 1: Classificação por idade da população avaliada.

Tabela 1: Consumo alimentar no café da manhã pela população avaliada.

Alimentos consumidos e quantidade:						
	125ml	250ml	500ml	750ml	>750ml	Não consome
Leite	5%	11%	1%	0	1%	82%
Iogurte	7%	4%	0	0	0	89%
Café	23%	9%	3%		3%	62%
Suco natural	3%	6%	2%			89%
Suco artificial						100%
Refrigerante	2%		1%		1%	96%
Bebida alcoólica		1%	1%		3%	94%
	50g	100g	150g	200g	>200g	Não consome
Doces	13%	9%		3%	2%	72%
Pão	13%	10%	7%	3%		64%
Queijo	13%	4%		1%	1%	80%
Embutidos	8%	3%		1%	1%	87%
Lanche fitness	2%	7%	4%		2%	83%
Cereais, nozes e castanhas	14%	4%		1%	1%	79%
	<125g	250g	500g	750g	>750g	Não consome
Frutas	40%	11%	3%		3%	40%
Ovos	11%	3%	1%		3%	81%
	1 colher de chá	1 colher de sobremesa	Mais que 1 colher de sobremesa e menos que 1 colher de sopa		1 colher de sopa	Não consome
Açúcar	5%	2%	2%			91%
Achocolatado		2%	2%		3%	93%
Leite em pó		2%				98%
Margarina	2%					98%
Manteiga	4%	2%	1%		1%	92%
Requeijão	3%	6%	3%		3%	85%
Geleia	1%	3%			1%	95%

Logo, referente ao consumo de refrigerante, 96% dos entrevistados relataram não consumirem, 1% consomem mais que 750ml, 1% consomem 500ml e 2% consomem 125ml, por dia.

Com relação ao consumo de bebida alcoólica, 94% dos entrevistados relataram não consumirem, 3% consomem mais que 750ml, 1% consomem 500ml e 1% consomem 250ml, por dia. Referente ao consumo de doces, 72% dos entrevistados relataram não consumirem, 2% consomem mais que 200g, 9% consomem 100g e 13% consomem 50g, por dia. Além disso, em relação ao consumo de pão, 64% dos entrevistados relataram não consumirem, 3% consome 200g, 7% consome 150g, 10% consome 100g e 13% consome 50g, por dia. Já referente ao consumo de queijo, 80% dos entrevistados relataram não consumirem, 1% consomem mais que 200g, 1% consome 200g, 4% consome 100g e 13% consome 50 g, por dia. Então, referente ao consumo de embutidos, 87% dos entrevistados relataram não consumirem, 1% consomem mais que 200g, 1% consomem 200g, 3% consomem 100g e 8% consomem 50g, por dia.

De acordo com os dados do consumo de lanches fitness, 80% dos entrevistados relataram não consumirem, 2% consomem mais que 200g, 4% consomem 150g, 7% consome 100g e 2% consomem 50g. Também ficaram evidente em relação ao consumo de cereais, nozes e castanhas, 79% dos entrevistados relataram não consumirem, 1% consomem mais que 200g, 15 consomem 200g, 4% consomem 100g e 14% consomem 50g. Visto que prevaleceu em relação

às frutas, 40% dos entrevistados relataram não consumirem, 3% consomem mais que 750g, 3% consomem 500g, 11% consomem 250g e 40% consomem menos que 125g. Referente ao consumo de ovos, 81% relataram não consumirem, 3% consomem mais que 750g, 1% consomem 500g, 3% consomem 250g e 11% consomem menos que 125g. Considerando os dados em relação ao consumo de açúcar, 91% dos entrevistados relataram não consumirem, 2% consomem mais que 1 colher de sobremesa e menos que 1 colher de sopa, 2% consomem 1 colher de sobremesa e 5% consomem 1 colher de chá. Com relação ao consumo de achocolatado, 93% dos entrevistados relataram não consumirem, 3% consomem mais que 1 colher de sopa, 2% consomem mais que 1 colher de sobremesa e menos que 1 colher de sopa e 2% consomem 250g.

Os dados sobre o consumo de leite em pó evidenciaram, 98% dos entrevistados relataram não consumirem e 2% consomem mais que 250g. Já observando os dados em relação ao consumo de margarina, 98% dos entrevistados relataram não consumirem e 2% consomem 1 colher de chá. Com relação ao consumo de manteiga, 92% relataram não consumir, 1% consomem mais que uma colher de sopa, 1% mais que 1 colher de sobremesa e menos que 1 colher de sobremesa, 2% consomem 1 colher de sobremesa e 4% consomem 1 colher de chá. Analisando o consumo de requeijão, 85% dos entrevistados relataram não consumirem, 3% consomem 1 colher de sopa, 3% consomem mais que uma colher de sobremesa e menos que 1 colher de sopa, 6% consomem 1 colher de sobremesa e 35 consomem 1 colher de

chá. Em relação ao consumo de geleia, 95% dos entrevistados relataram não consumirem, 1% consomem 1 colher de sopa, 3% consomem 1 colher de sobremesa e 1% consomem 1 colher de chá.

A Tabela 2 demonstra os dados adquiridos no questionário, referente ao almoço dos alunos avaliados.

Somente 39% dos participantes relataram comer menos de 125g de arroz, 29% consumiram 250g, 7% consumiram 500g, 1% consumiu 750g, 1% consumiu mais de 750g e 23% relataram não consumir arroz no almoço. Seguindo a tabela, temos o consumo de carne, 32% afirmam comer menos que 125g, 24% consumiram 250g, 3% consumiram 500g, 2% consumiram mais que 750g e 39% não consumiram. No consumo de peixe 88% relatam não consumo, 4% relatam ter consumido menos de 125g, 5% consumiram 250g, 2% consumiram 500g e 1% consumiu 750g.

O consumo de frango foi relatado como 14% consumiram menos de 125g, 20% consumiram 250g, 2% consumiram 500g, 1% consumiu mais de 750g e 63% relatou não consumir. Por fim, nas classes de proteínas, 82% relatam não ter consumido ovo, 10% consumiram menos de 125g, 7% consumiram 250g e 1% consumiu mais de 750g. Ainda, 8% consumiram menos de 135g de massa, 6% consumiram 250g, 1% consumiu 500g, 1% consumiu mais de 750g e 84% não consumiram. Na análise de fastfood como pizzas e lanches, o resultado foi que 1% consumiu menos de 125g, 3% consumiram 250g, 3% consumiram 500g, 1% consumiu mais de 750g e 92% não consumiram. No consumo de lanches fitness foi obtido que 3% consumiram menos de 125g, 2% consumiram 250g, 1% consumiu 500g

e 94% não consumiram. Sobre os vegetais, 29% relataram consumir menos de 125g, 35% consumiram 250g, 5% consumiram 500g, 2% consumiram 750g, 2% consumiram mais de 750g e 27% não consumiram. Das frutas temos que 14% consumiram menos de 125g, 10% consumiram 250g, 3% consumiram 500g, 1% consumiu 750g, 2% consumiram mais de 750g e 70% não consumiram.

No consumo de bebidas durante o almoço, obtivemos que 75% não consumiram café, 13% consumiram 125ml, 7% consumiram 250ml, 3% consumiram 500ml e 2% consumiram mais de 750ml. De suco natural 78% não consumiram, 16% consumiram 250ml e 6% consumiram 500ml. O suco artificial teve 2% de consumo de 125ml, 2% consumiram 250ml, 1% consumiu 500ml e 95% não consumiram. 84% das pessoas não consumiram refrigerante no almoço, 6% consumiram 125ml, 3% consumiram 250ml, 6% consumiram 500ml e 1% consumiu mais de 750ml.

Ainda, foi relatado o consumo de doces, 19% consumiram 50g, 10% consumiram 100g, 4% consumiram 150g, 3% consumiram mais de 200g e 64% não consumiram. O consumo de cereais, nozes e castanhas foi 3% consumiram 50g, 2% consumiram 100g, 3% consumiram mais de 200g e 92% não consumiram.

Referindo-se aos dados do café da tarde (Tabela 3) pelo questionário, tem-se que 15% dos entrevistados consomem 125ml de leite, 23% consomem 250ml, 5% consomem 500ml, 1% consomem mais de 750ml, 56% não consomem leite, e ninguém consumiu 750ml.

Tabela 2: Consumo alimentar no almoço pela população avaliada.

Alimentos consumidos e quantidade:						
	<125g	250g	500g	750g	>750g	Não consome
Arroz	39%	29%	7%	1%	1%	23%
Carne	32%	24%	3%	0%	2%	39%
Peixe	4%	5%	2%	1%	0%	88%
Frango	14%	20%	2%	0%	1%	63%
Ovos	10%	7%	0%	0%	1%	82%
Massas	8%	6%	1%	0%	1%	84%
Fast food (pizza e lanches)	1%	3%	3%	0%	1%	92%
Lanches fitness	3%	2%	1%	0%	0%	94%
Vegetais	29%	35%	5%	2%	2%	27%
Frutas	14%	10%	3%	1%	2%	70%
	125ml	250ml	500ml	750ml	>750ml	Não consome
Café	13%	7%	3%	0%	2%	75%
Suco natural	0%	16%	6%	0%	0%	78%
Suco artificial	2%	2%	1%	0%	0%	95%
Refrigerante	6%	3%	6%	0%	1%	84%
	50g	100g	150g	200g	>200g	Não consome
Doces	19%	10%	4%	0%	3%	64%
Cereais, nozes e castanhas	3%	2%	0%	0%	3%	92%

Sobre o consumo de iogurte, 6% consomem 125ml, 2% consomem 250ml, 1% consomem 750ml, 91% não consumiram iogurte e ninguém consumiu 500ml, assim como ninguém consumiu mais de 750ml. Ainda, 29% consomem 125ml de café, 23% consomem 250ml, 11% consomem 500ml, 3% consomem 750ml, 2% consomem mais de 750ml e 32% não consomem café. Sobre o consumo de suco natural, 3% consomem 125ml, 4% consomem 250ml, 4% consomem 750ml, 89% não consomem e ninguém consumiu a quantidade de 500ml ou mais de 750ml. Por fim, a respeito do suco artificial, 2% consomem 125ml, 1% consome 250ml, 2% consome 500ml, 1% consome 750ml, 94% não consomem e ninguém

consome uma quantidade maior que 750ml.

Analisando os doces, 11% dos entrevistados consomem 50g, 5% consomem 100g, 3% consomem 150g, 4% consomem mais de 200g, 77% não consumiram e ninguém consome 200g. Sobre o pão, tem-se que 18% consomem 50g, 18% consomem 100g, 9% consomem 150g, 6% consomem mais de 200g, e 45% não consumiram. Sobre o consumo de queijo, 20% consomem 50g, 3% consomem 100g, 3% consomem 200g, 3% consomem mais de 200g, 71% não consomem e ninguém consome 150g. Por fim, a respeito dos cereais, nozes e castanhas, 16% consomem 50g, 7% consomem 100g, 1% consome 150g, 1% consome 200g, 4% consomem mais de 200g e 71% não consomem.

Tabela 3: Consumo alimentar no lanche da tarde pela população avaliada.

Alimentos consumidos e quantidade:						
	125ml	250ml	500ml	750ml	>750ml	Não consome
Leite	5%	11%	1%	0	1%	82%
Iogurte	7%	4%	0	0	0	89%
Café	23%	9%	3%		3%	62%
Suco natural	3%	6%	2%			89%
Suco artificial						100%
Refrigerante	2%		1%		1%	96%
Bebida alcoólica		1%	1%		3%	94%
	50g	100g	150g	200g	>200g	Não consome
Doces	13%	9%		3%	2%	72%
Pão	13%	10%	7%	3%		64%
Queijo	13%	4%		1%	1%	80%
Embutidos	8%	3%		1%	1%	87%
Lanche fitness	2%	7%	4%		2%	83%
Cereais, nozes e castanhas	14%	4%		1%	1%	79%
	<125g	250g	500g	750g	>750g	Não consome
Frutas	40%	11%	3%		3%	40%
Ovos	11%	3%	1%		3%	81%
	1 colher de chá	1 colher de sobremesa	Mais que 1 colher de sobremesa e menos que 1 colher de sopa	1 colher de sopa	Não consome	
Açúcar	5%	2%	2%		91%	
Achocolatado		2%	2%	3%	93%	
Leite em pó		2%			98%	
Margarina	2%				98%	
Manteiga	4%	2%	1%	1%	92%	
Requeijão	3%	6%	3%	3%	85%	
Geleia	1%	3%		1%	95%	

Finalizando os itens do café da manhã, 9% dos entrevistados consomem 1 colher de chá de açúcar, 9% consomem 1 colher de sobremesa, 4% consomem mais que uma colher de sobremesa e menos que 1 colher de sopa, 5% consomem 1 colher de sopa e 73% não consomem. Sobre o achocolatado, 5% consomem 1 colher de chá, 2% consomem 1 colher de sobremesa, 4% consomem mais que uma colher de sobremesa e menos que 1 colher de sopa, 11% consomem 1 colher de sopa e 78%

não consomem. Sobre o leite em pó, ninguém consome 1 colher de chá, 4% consomem 1 colher de sobremesa, 1% consomem mais que uma colher de sobremesa e menos que 1 colher de sopa, 4% consomem 1 colher de sopa e 91% não consomem. Sobre a margarina, 4% consomem 1 colher de chá, 2% consomem 1 colher de sobremesa, 1% consomem mais que uma colher de sobremesa e menos que 1 colher de sopa, 1% consomem 1 colher de sopa e 92% não consomem. A respeito da manteiga, 8%

consomem 1 colher de chá, 7% consomem 1 colher de sobremesa, 3% consomem mais que uma colher de sobremesa e menos que 1 colher de sopa, 2% consomem 1 colher de sopa e 80% não consomem. Sobre o requeijão, 5% consomem 1 colher de chá, 13% consomem 1 colher de sobremesa, 7% consomem mais que uma colher de sobremesa e menos que 1 colher de sopa, 9% consomem 1 colher de sopa e 66% não consomem. Sobre a geléia, 1% consomem 1 colher de chá, 3% consomem 1 colher de sobremesa, 5% consomem mais que uma colher de sobremesa e menos que 1 colher de sopa, 1% consomem 1 colher de sopa e 90% não consomem geléia. Ademais, sobre as frutas, 37% consomem menos de 125g, 20% consomem 250g, 4% consomem 500g, 1% consome 750g, 4% consomem mais que 750g e 34% não consomem. Por fim, 27% dos entrevistados

consomem menos de 125g de ovo, 16% consomem 250g, 1% consome 500g, 2% consomem 750g, 1% consomem mais de 750g e 53% não consomem ovos.

Por último, mas não menos importantes, com relação ao jantar foram obtidos os seguintes dados que estão expostos na Tabela 4.

Sobre o consumo de arroz, 53% dos entrevistados relatou não consumirem, 27% consomem uma quantidade inferior a 125g, 16% consomem 250g, 3% consomem 500g, 1% consomem mais que 750g, enquanto que nenhum indicou consumir 750g. Por seguinte, 63% relataram não consumir carne, 21% consome uma quantidade inferior a 125g, 12% consomem 250g, 3% consome 500g, 1% consomem mais que 750g, enquanto que nenhum consome 750g.

Tabela 4 - Porcentagem de consumo em relação aos alimentos consumidos no jantar

Alimentos consumidos e quantidade:						
	<125g	250g	500g	750g	>750g	Não consome
Arroz	27%	16%	3%	0%	1%	53%
Carne	21%	12%	3%	0%	1%	63%
Peixe	5%	4%	1%	0%	1%	89%
Frango	13%	12%	1%	0%	1%	73%
Ovos	15%	7%	1%	0%	2%	75%
Massas	6%	8%	2%	1%	2%	81%
Fast food (pizza e lanches)	3%	5%	6%	1%	1%	84%
Lanche fitness	2%	6%	1%	1%	0%	90%
Vegetais	23%	21%	7%	0%	1%	48%
Frutas	9%	6%	0%	1%	1%	83%
	125ml	250ml	500ml	750ml	>750ml	Não consome
Suco natural	1%	11%	50%	0%	0%	83%
Suco artificial	2%	2%	0%	0%	0%	96%
Refrigerante	4%	7%	4%	0%	2%	83%
	50g	100g	150g	200g	>200g	Não consome
Doces	18%	4%	1%	1%	1%	75%

Sobre o consumo de peixe, 89% relataram não consumir, 5% consomem uma quantidade inferior a 125g, 4% consomem 250g, 1% consome 500g, 1% consome mais que 750g e não houve consumo de 750g. Analisando os dados com relação ao consumo de frango, 73% indicaram não consumir, 13% consomem uma quantidade inferior, 12% consomem 250g, 1% consome 500g, 1% consome mais que 750g e não houve consumo de 750g. Já com bases nos dados sobre ovos, 75% não consomem, 15% consomem menos que 125g, 7% consomem 250g, 1% consomem 500g, 2% consomem mais que 750g e não houve consumo 750g. Sobre as massas, 81% indicaram não consumir, 8% consome 250g, 6% consomem menos que 125g, 25 consomem 500g, 2% consomem mais que 750g e 1% consomem 750g.

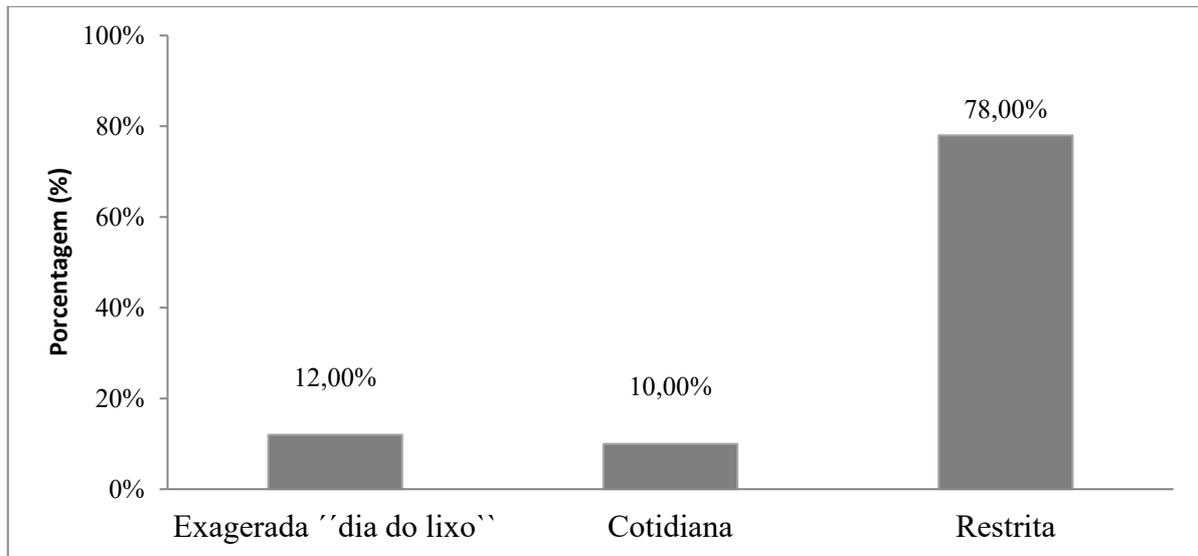
Já em relação ao *fast food*, 84% relataram não consumir, 6% indicaram consumir 500g, 5% indicaram consumir 250g, 3% consumiram uma quantidade inferior a 125g, 1% consome 750g e 1% consome mais que 750g. Considerando o consumo de lanche fitness, 90% indicaram não consumir, 6% indicaram consumir 250g, 2% consome uma quantidade inferior a 125g, 1% consome 500g, 1% consome 750g e não houve consumo de uma quantidade superior a 750g. Dentre os entrevistados, 48% não consomem vegetais, 23% consomem uma quantidade inferior a 125g, 21% consomem 250g, 7% consomem 500g, 1% consome quantia superior a 750g e nenhum consome 750g. Já considerando o consumo de frutas, 83% indicaram não consumir, 9% consomem menos que 125g, 6% consomem 250g, 1% consome 750g, 1% consome mais que

750g e não houve consumo de 500g.

Considerando a ingestão de líquidos durante a janta, ficou evidente que 83% não consomem suco natural, 50% consomem 500ml, 11% consomem 250ml, 1% consome 125ml, enquanto que não houve consumo de 750ml ou quantidades superiores a isso. Analisando o consumo de suco artificial, 96% indicaram não consumir, 2% consomem 125ml, 2% consomem 250ml, enquanto que não houve consumo de 500ml, 750ml e quantidades superiores a 750ml. Sobre a ingestão de refrigerante, 83% indicaram não consumir, 7% consomem 250ml, 4% consomem 125ml, 4% consomem 500ml, 2% consomem mais que 750ml e não houve consumo de 750ml.

Sobre o consumo de doces, 75% relataram não consumir, 18% consumiram 50g, 4% consumiram 100g, 1% consome 150g, 1% consome 200g e 1% consome quantidade superior a 200g.

Com relação ao padrão do consumo alimentar, foi questionado aos estudantes, a seguinte pergunta - "Como você considera sua alimentação nas últimas 24 horas em relação aos demais dias da semana?". Assim foram obtidos os seguintes dados, 78% consideraram sua alimentação restrita em relação aos demais dias da semana, 12% consideraram exagerada (dia do lixo) e 10% consideraram cotidiana (Figura 2).

Figura 1: Alimentação nas últimas 24 horas dos estudantes de medicina em relação aos demais dias da semana.

CONCLUSÃO

Apesar da quantidade diversa de dados disponíveis, o questionário desenvolvido não se mostrou eficiente na determinação do padrão alimentar dos estudantes de Medicina. Além de incapaz de permitir uma análise restrita dos alimentos consumidos, mostrou-se inespecífico no momento da análise dos dados ao desconsiderar padrões de medidas, diversidade de alimentos e suas propriedades e a capacidade de determinação de quantias entre os participantes da pesquisa.

Além disso, o questionário desenvolvido se mostrou extenso e confuso, como foi exposto por alguns participantes da pesquisa. Vale ressaltar também, uma baixa adesão e interesse de participação do grupo amostral foco da pesquisa, os estudantes de Medicina de uma faculdade noroeste paulista, ao modelo do "Google Forms". Contudo, a análise e coleta dos dados a respeito do perfil antropométrico prevalente se fizeram eficaz e permitiu a determinação do padrão vigente entre os estudantes do curso de Medicina,

a qual foi corroborada por estudos semelhantes já citados no momento da discussão.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Leão M. O Direito Humano à Alimentação Adequada e o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, 2013.
2. Ricci CD, Evangelista C. Comportamento alimentar de estudantes de Medicina de uma faculdade privada do interior paulista. SEMESP. Disponível em: <http://conic-semesp.org.br/anais/files/2014/trabalho-1000017301.pdf>
3. Marcondelli P, Costa THM, Schmitz BAS. Nível de atividade física e hábitos alimentares de universitários do 3º. ao 5º. semestres da área da saúde. Rev. Nutr. 2008; 21:39-4. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/rn/v21n1/a05v21n1.pdf>
4. RIBEIRO, Aída Calvão et al . Validação de um questionário de frequência de consumo alimentar para população adulta. Rev. Nutr. 2006; 19(5):553-562. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732006000500003&lng=en&nrm=iso>. Acesso em:

17 de maio de 2021.

5. Gasparetto RM, Silva RCC. Perfil antropométrico dos universitários dos cursos de nutrição, enfermagem, fisioterapia e educação física do Centro Universitário La Salle, Canoas/RS. RASBRAN. 2012; 1:29-33.
6. Lessa SS, Montenegro AC. Avaliação da prevalência de sobrepeso, do perfil nutricional e do nível de atividade física nos estudantes de medicina da Universidade de Ciências da Saúde de Alagoas - UNCISAL. Rev Soc Bra Clin Med 2008; 6(3): 90-93. Disponível em: <http://files.bvs.br/upload/S/1679-1010/2008/v6n3/a90-93.pdf>