

ESTADO NUTRICIONAL E VARIÁVEIS ANTROPOMÉTRICAS DE COLABORADORES DE UMA UNIDADE HOSPITALAR DO MUNICÍPIO DE CUIABÁ, MATO GROSSO

Hayssa dos Santos¹, Miriã Medeiros Leite Lima¹, Telma Fatima da Silva Vieira¹,
Thais Gomes Laviola¹, Vivielly Fernandes Pacheco Andrade¹, Jackeline Corrêa
França de Arruda Bodnar Massad²

¹Graduanda do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG), ²Mestre em Saúde Coletiva, Nutricionista, Docente do Curso de Nutrição do UNIVAG

Introdução: A mudança no estilo de vida de estudantes gera mudanças nos hábitos alimentares, além disso, estes indivíduos optam por priorizar o desempenho acadêmico e as relações sociais, não dando a devida importância nos hábitos alimentares. As escolhas alimentares diárias podem beneficiar ou prejudicar a saúde e quando essas escolhas são repetidas por anos e décadas, as recompensas ou consequências tornam-se grandes. Prestar atenção aos bons hábitos alimentares poderá trazer benefícios à saúde no futuro (WHITNEY & ROLFES, 2008). **Objetivo:** Avaliar, escrever, identificar, demonstrar. **Método:** trata-se de um estudo de corte transversal realizado com os alunos de uma instituição de ensino superior privada, de ambos os sexos. Foram selecionados aleatoriamente na pirâmide do bloco D, através de convite e participação espontânea. Os dados foram coletados através de questionários previamente elaborados e utilizou-se o programa Microsoft Excel para tabulação e análise dos dados. Este trabalho é oriundo da disciplina de bioestatística do curso de nutrição do Univag. **Resultados:** Foram avaliados 30 estudantes, com percentual igual em relação ao sexo dos Mesmos, porém a maioria tem parceiros (56,7%). Com relação ao estilo de vida, a maioria não pratica atividade física (66,7%) e às vezes faz consumo de bebida alcoólica (56,7%), e não fuma (93,3%). Com relação à percepção da alimentação, a maioria afirma que pode melhorar (70,0%). Faz consumo de frutas diariamente (60,0%), e também realizam um bom consumo diário de legumes (66,7%), mas grande consumo de doces (80,0%). **Conclusão:** Foi observado que a maioria dos entrevistados tem um estilo de vida sedentária sem prática de exercícios físicos, porém com um percentual significativo de pessoas que não fumam, mas que às vezes faz consumo de bebidas alcoólicas, os mesmos consideram que podem melhorar sua alimentação, mesmo consumindo frutas e legumes diariamente, o consumo de doces é classificado como excessivo.

PALAVRAS CHAVE: Estudante, consumo de bebidas alcoólicas, alimentação.