

CONSUMO ALIMENTAR DE ESTUDANTES FREQUENTADORES DA CANTINA DO BLOCO D DO UNIVAG

Dayany Azambuja¹, Jackeline Miranda¹, Jackeline Corrêa França de Arruda Bodnar Massad²

¹Acadêmicos do Curso de Nutrição do UNIVAG – Centro Universitário de Várzea Grande – MT. ²Mestre em Saúde Coletiva, Nutricionista, Docente do Curso de Nutrição do UNIVAG

Introdução: Os hábitos alimentares adquiridos desde a infância sofrem modificações com o decorrer do tempo, e na interação acadêmica essas modificações podem ser mais rigorosas, devido à mudança da rotina. Essas transformações têm feito com que os jovens apresentem uma maior facilidade e praticidade em incorporar novos hábitos alimentares, como consumo de refrigerantes, produtos industrializados e aderindo aos *fast foods*, representando assim, maior risco de desenvolver doenças crônicas não transmissíveis (DCNT). **Objetivo:** Descrever o consumo alimentar dos acadêmicos frequentadores de uma cantina específica de uma instituição privada. **Método:** Trata-se de um estudo de corte transversal realizado com universitários da pirâmide do bloco D da instituição de ensino superior privado, com indivíduos de idade igual ou superior a 18 anos, de ambos os sexos. Foram selecionados aleatoriamente, 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 universitários, a maioria do sexo feminino (70,0%), com companheiro (56,7%) e média de idade de 25,3 anos ($\pm 6,109$ anos). Com relação ao consumo alimentar, a maioria relata ingestão de duas a três vezes na semana de frituras ($n = 14$), frutas ($n = 12$), doces ($n=12$). O consumo de legumes e diário ($n=10$), alimentos industrializados/embutidos uma vez na semana ($n= 14$) e a maioria relata não consumir bebidas alcoólicas ($n=20$). Foi avaliado o local das refeições realizadas pelos universitários e observou-se que em suas residências costumam realizar o desjejum ($n= 23$), a colazione ($n=14$), almoço ($n=14$), lanche da tarde ($n=9$), jantar ($n=21$) e ceia ($n=20$). **Conclusão:** Conclui-se que há um desequilíbrio nos hábitos alimentares dos estudantes, pois o consumo de alimentos pobres em nutrientes e ricos em gorduras e açúcares se faz presente na rotina dos mesmos, aumentando assim o risco de doenças crônicas a longo prazo. Apesar de realizarem as refeições em suas próprias residências, consomem frutas e verduras e não ingerem álcool, nota-se ainda alguns aspectos negativos que podem ser modificados na dieta.

PALAVRAS CHAVE: estudantes, consumo de alimentos, refeições e acadêmicos.