

HÁBITOS ALIMENTARES: INQUÉRITO ALIMENTAR DE ACADÊMICOS DE NUTRIÇÃO DA REGIÃO DO CARIRI

Ana Kelly Morais dos Santos
Faculdade de Juazeiro do Norte
kellymoraissantos@hotmail.com

Anna Karllota Gomes Estevam
Faculdade de Juazeiro do Norte
annakarllota@hotmail.com

Jaqueline de Sousa Lima
Faculdade de Juazeiro do Norte
jaque_sjr@hotmail.com

Grayce Alencar Albuquerque
Enfermeira
Mestre em Saúde Coletiva
Professora do Curso de Nutrição
Faculdade de Juazeiro do Norte
geycy@oi.com.br

INTRODUÇÃO

Mais pessoas no Brasil estão se alimentando fora do domicílio. A alimentação é necessidade básica para qualquer sociedade e influencia a qualidade de vida por relação com a manutenção, prevenção ou recuperação da saúde. Deve ser saudável, completa, variada, agradável ao paladar e segura para, assim, cumprir seu papel (ZANDONADI *et al*, 2007).

Recente Pesquisa de Orçamento Familiar (POF) do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) aborda que no Brasil, em média, nas grandes cidades, a população gasta 31% das despesas alimentares em consumo fora do domicílio. Em índices exatos isso corresponde a 1/3 dos gastos das famílias brasileiras com alimentos, de acordo com edição 2008/2009 (IBGE, 2011).

As transformações do mundo contemporâneo provocam mudanças significativas na alimentação e nos hábitos alimentares dos seres humanos, que passaram a usufruir cada vez menos do universo doméstico, devido a fatores, dentre outras a urbanização, a industrialização e a profissionalização das mulheres (AKUTSU *et al*, 2005). Vale ressaltar que o ingresso em instituições de ensino superior também influencia no consumo de alimentos fora do domicílio.

Assim, devido à observação das alterações no estilo de vida e no ciclo de vida familiar e levando-se em consideração que o ato de se alimentar fora do domicílio tem significado simbólico e prático, surgem os questionamentos: Quais são os hábitos alimentares de acadêmicos de Nutrição da região do Cariri? Qual o perfil alimentar adotado pelos mesmos?

Desta forma, o objetivo deste trabalho consiste em conhecer os hábitos alimentares dos acadêmicos de Nutrição do primeiro semestre, matriculados na Faculdade de Juazeiro do Norte – FJN, e os consequentes motivos para a realização da alimentação fora do domicílio. Torna-se relevante tal conhecimento uma vez que como futuros profissionais da saúde, os acadêmicos de Nutrição serão tidos como exemplos de alimentação saudável para a população.

METODOLOGIA

Para a construção dessa pesquisa optou-se por um estudo do tipo quantitativo. O presente estudo foi realizado na Faculdade de Juazeiro do Norte – FJN, instituição de caráter privado, fundada em Juazeiro do Norte, na região do Cariri. O curso de Nutrição possui o número de 250 alunos matriculados, destes 60 cursam o primeiro semestre.

Os sujeitos participantes do estudo, no total 19, foram os acadêmicos de Nutrição da Faculdade de Juazeiro do Norte – FJN, que se encontravam devidamente matriculados no primeiro semestre do referido curso de graduação.

Os dados foram coletados no mês de Outubro de 2013, através do uso de uma entrevista estruturada que foi aplicada aos acadêmicos dispostos a participarem do estudo, pela assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido da pesquisa, e que atenderem aos critérios de inclusão da mesma.

A pesquisa obedeceu às normas éticas e humanas vigentes na resolução 466/12 do Conselho Nacional da Saúde/ Ministério da Saúde (BRASIL, 2012) que tem por princípios básicos a não maleficência, autonomia, justiça e beneficência.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

PERFIL SOCIOECONÔMICO E INQUÉRITO ALIMENTAR

Na pesquisa foram realizadas 19 entrevistas. Em relação a variável sexo dos entrevistados, 89% dos respondentes são mulheres e 11% homens. A maior parte

deles são unicamente estudantes, tendo estado civil solteiro, atualmente residindo com os pais e dependentes deles, cujo são sua fonte de renda, a qual varia de um a quatro salários mínimos.

Quanto a variável escolha e compra de alimentos observou-se que 37% é realizada pelos próprios acadêmicos; 26% afirmaram que são os seus pais que escolhem e compram a alimentação; 16% dos entrevistados residem com outros familiares e são esses que designam do que eles devem se alimentar, enquanto 11% são casados e, por vez, são os esposos(as) que decidem os hábitos alimentares; por fim, 10% dos acadêmicos entrevistados moram com amigos e se alimentam na maioria das vezes em locais fora do domicílio.

No que se refere ao preparo das refeições, verificou-se a prevalência da figura materna e no quesito “última prática alimentar preparada” antes de participar da pesquisa, constatou-se que a unanimidade foi voltada ao café da manhã. Além do mais, em relação aos locais onde cada refeição foi realizada obtém-se, quando comparadas as refeições principais com as menores, que o domicílio entra como uma opção em ambas as refeições, porém se destaca como principal. Logo, lanchonete e faculdade aparecem como os locais onde os entrevistados realizaram as menores refeições.

As refeições em família representam um importante evento na promoção de uma alimentação saudável. Os alimentos servidos e as refeições oferecidas, em geral, são determinados pela família, ou seja, se a mesma se alimenta em casa ou se faz as refeições fora do lar (STANEK; ABBOTT; CRAMER, 1990). Ainda, segundo dados do U.S. Department of Agriculture (USDA), as refeições realizadas fora do domicílio apresentam maiores quantidades de gorduras totais, gorduras saturadas e colesterol, quando comparadas com a alimentação preparada no lar (LIN; FRAZÃO; GUTHRIE, 1999).

De acordo com a análise realizada, conforme a relação dos alimentos preferencialmente consumidos pelos acadêmicos do primeiro semestre do curso de Nutrição da Faculdade de Juazeiro do Norte observou-se um consumo de frutas prevalente, correspondente a 100%, seguido de frango/aves equivalente a 95%. Verificou-se que o feijão é consumido por 89% dos entrevistados; saladas cruas por 84%; peixes por 74%. Quanto ao consumo de bebidas, 68% optam por sucos naturais, enquanto 32% dos entrevistados preferem refrigerantes.

Em virtude da análise mencionada anteriormente, se faz possível levantar questionamentos acerca da influência de ser acadêmico do curso de Nutrição em relação à seleção de escolhas alimentares. Dessa maneira, constatou-se que os hábitos do referido público-alvo sofreu alterações após o ingresso na vida acadêmica, estando estes mais conscientes sobre a compreensão dos determinantes dos problemas nutricionais.

Apesar de o aumento nos gastos com alimentação fora do domicílio ser evidente, dados sobre o consumo de alimentos fora de casa no Brasil são limitados na literatura, principalmente com relação ao tipo e à quantidade dos alimentos consumidos, o que revela a necessidade de mais pesquisas sobre o assunto.

CONCLUSÃO

O presente trabalho contribuiu para a compreensão acerca da alimentação de uma maneira geral, bem como do perfil alimentar dos acadêmicos de Nutrição. No caso dos acadêmicos, o processo de escolha dos alimentos é influenciado por diversos fatores, entre eles a questão da disponibilidade de tempo, lugar, recursos financeiros e qualidade dos alimentos oferecidos. Isso demonstra que nem sempre a escolha dos alimentos depende exclusivamente dos próprios acadêmicos, principalmente quando ainda moram com os pais, onde a escolha é realizada por outros membros da família.

Com as entrevistas, percebe-se a conscientização dos mesmos à respeito da importância em se manter uma alimentação saudável, visto que, por serem acadêmicos do curso de Nutrição, a análise do inquérito foi satisfatória. Espera-se, portanto, que os dados apresentados neste estudo possam colaborar para uma reflexão através da pesquisa na realidade do cotidiano dos universitários.

REFERÊNCIAS

AKUTSU, R. C. et al. Adequação das boas práticas de fabricação em serviços de alimentação. **Revista Nutrição**, 2005; 18 (5): 669-80.

BRASIL, MINISTÉRIO DA SAÚDE. Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde/MS Sobre Diretrizes e Normas Regulamentadoras de Pesquisa envolvendo seres humanos. **Diário Oficial da União**, 12 de Dezembro de 2012.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa de orçamentos familiares 2008-2009**: análise do consumo alimentar pessoal no Brasil. Rio de Janeiro: 2011.

LIN, B; FRAZÃO, E; GUTHRIE, J. **Away-from-home foods increasingly important to quality of American diet**. Washington DC: Food and Rural Economics Division, Economic Research Service; 1999. (U.S. Department of Agriculture Information Bulletin, 749).

STANEK, K.; ABBOTT, D.; CRAMER, S. Diet quality and the eating environment. **J Am Diet Assoc**. 1990; 90(11): 1582-4.

ZANDONADI, R. P. et al. Atitudes de risco do consumidor em restaurantes de auto-serviço. **Revista de Nutrição**, vol. 20, n. 1, Campinas, jan.-fev. 2007.