

Título: Padrão alimentar e Índice de Massa Corporal (IMC) de estudantes de Medicina de universidade privada no município do Rio de Janeiro

Autor(es) Rafael de Moraes Santa Cruz; Vitor Feiten Beck; Diogo Carneiro Lopes Capris; Luciana Maria Borges da Matta Souza*; Luiz Guilherme Pessoa da Silva

E-mail para contato: luborges10@gmail.com

IES: UNESA

Palavra(s) Chave(s): IMC; Alimentação; Estudantes; Medicina

RESUMO

Inúmeros agentes estressores na formação médica interferem no estilo de vida dos estudantes. A pressão para aprender, o sofrimento humano, o pouco tempo disponível para o cotidiano podem levar ao comprometimento da qualidade da alimentação. O objetivo deste estudo foi analisar tipo de alimentação e evolução do IMC estimado de estudantes de Medicina de universidade privada ao longo da graduação. A metodologia realizada foi de uma pesquisa quantitativa exploratória através de questionário estruturado auto aplicado e não identificado, de 349 alunos do primeiro ao quinto ano do curso. O cálculo de IMC estimado foi realizado pelos pesquisadores a partir do peso e altura informados pelos estudantes. Solicitada a assinatura de Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, em respeito à Resolução 196/96. Foram realizadas análises estatísticas com o software Excel 2010 e Epi Info 3.5.1. A alimentação predominante é baseada em arroz e feijão (82,8%), frango (72,7%), carne vermelha (70,5%) e legumes e verduras (60,7%). Alguns tem como principais alimentos em seu cotidiano os doces (39,3%), massas (36,5%), refrigerantes (29,8%), frituras (29,2%), alimentos congelados e industrializados (26,7%), mostrando que mais de ¼ dos alunos possuem uma alimentação inadequada. Cerca de 62,4% dos alunos informam alimentar-se em restaurantes no seu cotidiano, sendo que 13,6% em fast-foods. Quando analisado o perfil alimentar por gênero, observa-se que o sexo masculino consome mais frituras (33,9% vs. 27%), refrigerantes (34,8% vs. 27,5%), fast foods (19,1% vs. 11,1%), congelados e industrializados (33,9% vs. 23,4%), ao contrário do sexo feminino que consome predominantemente frango, legumes, verduras, frutas e doces. A curva de IMC estimado de cada sexo apresenta padrão ascendente nos quatro primeiros anos, onde predomina a atividade teórica do curso. No sexo masculino esta alcança o sobrepeso no quarto ano, se mantendo até o quinto ano, ao contrário do sexo feminino que começa a retornar ao IMC inicial. O IMC dos estudantes de medicina avaliados possui íntima relação com sua qualidade alimentar apresentada, que pouco se modificou ao longo dos seis anos, sugerindo uma forte associação com a redução da atividade física sistemática ao longo do curso. Embora sejam estudantes da área da saúde, a qualidade alimentar não é exemplar em ambos os sexos. Sendo assim, medidas promotoras de alimentação saudável devem ser estabelecidas tais como: ações educativas e controle dos produtos alimentícios comercializados no campus.