

AVALIAÇÃO DO CONSUMO DE PÃO PELOS ESTUDANTES DA UNIVERSIDADE DO PORTO

Vieira E¹, Oliveira B¹, Pinho O¹

Faculdade de Ciências da
Nutrição e Alimentação da
Universidade do Porto

email:
oliviapinho@fcna.up.pt

INTRODUÇÃO

A indústria tem disponibilizado outros produtos que tendem a substituir o pão. Contudo, o pão ainda tem consumo diário por todas as camadas da população. O projecto epi-Porto revelou que o consumo deste alimento é superior na população a partir dos 50 anos. Para conhecer a realidade numa população estudantil universitária foi avaliado o consumo de diferentes tipos de pão. Aplicou-se um inquérito de frequência alimentar semi-quantitativo a 1026 estudantes, que decorreu em oito cantinas, da responsabilidade do Departamento Alimentar dos SASUP.

RESULTADOS

O consumo médio nos estudantes do sexo masculino é de 2,8 (d.p. = 1,5) pães/dia e nos estudantes do sexo feminino é de 2,0 (d.p. = 1,0) pães/dia. 49,3% dos inquiridos consomem mais pão ao fim-de-semana, sendo mais frequente os alunos deslocados terem maior consumo de pão ao fim de semana (54,3% dos deslocados e 46,1% dos não deslocados). As refeições com maior consumo de pão são o pequeno-almoço (57,3%) e o lanche da tarde (68,1%). Os estudantes ligados a cursos de saúde consomem mais pão que os de outras áreas. O consumo de “pão molete” é 11,5 pães/semana e o consumo de pão de forma é 8,4 fatias/semana. 79,8% responderam ser adequada adequação da quantidade do teor de sal no pão.