

# COMPORTAMENTO E INGESTÃO ALIMENTAR EM ESTUDANTES DE CIÊNCIAS DA NUTRIÇÃO

Costa C, Teixeira V, Oliveira B, Rodrigues S, Afonso C, Moreira P, de Almeida MDV

Instituição onde foi desenvolvido o trabalho: FCNAUP

email: ccosta@fcna.up.pt

## INTRODUÇÃO

Considera-se que alguns grupos de estudantes são particularmente susceptíveis a alterações do comportamento alimentar. Os estudantes e profissionais na área do desporto, dança, teatro e moda são frequentemente referidos como grupos de risco. Da mesma forma, embora não consensualmente, há estudos que sugerem que os estudantes e profissionais da área da nutrição e dietética apresentam maior risco de desenvolver este tipo de problemas.

## OBJECTIVOS

Avaliar as alterações ao nível do comportamento e ingestão alimentar ocorridas num grupo de estudantes de Ciências da Nutrição entre o ingresso e o 3º ano do curso.

## MÉTODOS

Em 2004 foram avaliados os estudantes que ingressaram na licenciatura de Ciências da Nutrição (n=65). Em 2006, este grupo de alunos, a frequentar o 3º ano da licenciatura, foi novamente avaliado (n=32). Na avaliação dos estudantes foi utilizado um inquérito que incluiu um conjunto de questões sócio-demográficas, o Questionário de Frequência Alimentar (QFA) e o *Three Factor Eating Questionnaire* (TFEQ). Para além do inquérito, os estudantes foram também submetidos a um conjunto de avaliações antropométricas.

## RESULTADOS

Dos factores avaliados a partir do TFEQ, verificou-se que no 3º ano os estudantes apresentam uma pontuação mais elevada no factor Desinibição (14,1 vs. 13,2,  $p < 0,05$ ); os estudantes registaram ainda alterações significativas de altura (163,4 cm vs. 162,5,  $p < 0,05$ ) e perímetro da cintura (71,6 cm vs. 68,3;  $p < 0,05$ ). Relativamente à ingestão alimentar, apenas se verificaram diferenças estatisticamente significativas nos consumos de etanol (0,4 g vs. 3,1;  $p < 0,05$ ) e água (1458,4 ml vs. 1320,8;  $p < 0,05$ ), sendo que o primeiro aumentou e o segundo diminuiu do 1º para o 3º ano do curso.

## CONCLUSÃO

Neste grupo os resultados sugerem que o comportamento e ingestão alimentar dos estudantes não sofre alterações significativas com a frequência da licenciatura em Ciências da Nutrição, no entanto outros estudos que acompanhem todo o percurso académico deverão ser conduzidos.