



## Análise da prevalência de obesidade e sobrepeso entre estudantes de medicina de uma universidade privada de um município do estado do Maranhão

Analysis of the prevalence of obesity and overweight among medical students at a private university in a municipality in the state of Maranhão

Análisis de la prevalencia de obesidad y sobrepeso entre estudiantes de medicina de una universidad privada de un municipio del estado de Maranhão

Vanessa Kelly Guimarães Cavalcante<sup>1</sup>, Bhyanca Lohany Mota Resende<sup>1</sup>, Deusa Vitória Alves Raposo<sup>1</sup>, Giuzeppe Vavassori Neto<sup>1</sup>, Marianny Vasconcelos Alves<sup>1</sup>, Richard Mendes Lins<sup>1</sup>.

### RESUMO

**Objetivo:** Analisar a prevalência de obesidade e sobrepeso entre estudantes de medicina de uma Universidade privada de um município do Estado do Maranhão. **Métodos:** Este é um estudo quantitativo com abordagem transversal realizado por meio de pesquisa de campo. Foi aplicado um questionário para os estudantes de medicina, do primeiro ao oitavo período, em uma universidade privada de um município do Estado do Maranhão e foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa. **Resultados:** Neste estudo, 51% dos acadêmicos eram do sexo feminino. Cerca de 40,4% tinham sobrepeso, e 56,4% ganharam peso durante a graduação. No que diz respeito à alimentação, 60,5% aumentaram o consumo de alimentos industrializados. Quanto à atividade física, 38,2% não praticavam pelo menos uma vez por semana. Sobre o consumo de bebidas alcoólicas, 28,7% o faziam até duas vezes por semana, e em relação ao tabagismo, 30,3% fumavam até duas vezes por semana. Quanto a doenças crônicas, a grande maioria, 97,7%, não tinham histórico prévio. No entanto, 22,3% já haviam usado medicação para perda de peso, sendo que 81% o fizeram sem prescrição médica. **Conclusão:** Reconhecer a importância de uma alimentação saudável, atividade física e a necessidade de futuras pesquisas para uma avaliação mais aprofundada dos hábitos e peso dos estudantes do curso.

**Palavras-chave:** Obesidade, Sobrepeso, Estudantes de medicina.

### ABSTRACT

**Objective:** To analyze the prevalence of obesity and overweight among medical students at a private university in a city in the State of Maranhão. **Methods:** This is a quantitative study with a cross-sectional approach carried out through field research. A questionnaire was administered to medical students, from the first to the eighth period, at a private university in a city in the State of Maranhão and was approved by the Research Ethics Committee. **Results:** In this study, 51% of the students were female. Around 40.4% were overweight, and 56.4% gained weight during graduation. With regard to food, 60.5% increased their consumption of processed foods. As for physical activity, 38.2% did not practice it at least once a week. Regarding the consumption of alcoholic beverages, 28.7% did so up to twice a week, and in relation to smoking, 30.3% smoked up to twice a week. As for chronic diseases, the vast majority, 97.7%, had no previous history. However, 22.3% had already used weight loss medication, with 81% doing so without a medical prescription. **Conclusion:** Recognize the importance of a healthy diet, physical activity, and the need for future research to further assess the habits and weight of students on the course.

**Keywords:** Obesity, Overweight, Medical students.

<sup>1</sup> Universidade Ceuma, Imperatriz-Maranhão.

## RESUMEN

**Objetivo:** Analizar la prevalencia de obesidad y sobrepeso entre estudiantes de medicina de una universidad privada de una ciudad del estado de Maranhão. **Métodos:** Se trata de un estudio cuantitativo con enfoque transversal realizado a través de una investigación de campo. Se aplicó un cuestionario a estudiantes de medicina, del primero al octavo período, de una universidad privada de una ciudad del estado de Maranhão y fue aprobado por el Comité de Ética en Investigación. **Resultados:** En este estudio, el 51% de los estudiantes eran mujeres. Alrededor del 40,4% tenía sobrepeso y el 56,4% ganó peso durante la graduación. En cuanto a la alimentación, el 60,5% incrementó su consumo de alimentos procesados. En cuanto a la actividad física, el 38,2% no la practica al menos una vez por semana. En cuanto al consumo de bebidas alcohólicas, el 28,7% lo hacía hasta dos veces por semana, y en relación al tabaquismo, el 30,3% fumaba hasta dos veces por semana. En cuanto a las enfermedades crónicas, la gran mayoría, el 97,7%, no tenía antecedentes previos. Sin embargo, el 22,3% ya había utilizado medicamentos para adelgazar, y el 81% lo hacía sin prescripción médica. **Conclusión:** Reconocer la importancia de la alimentación saludable, la actividad física y la necesidad de futuras investigaciones para evaluar mejor los hábitos y el peso de los estudiantes del curso.

**Palabras-clave:** Obesidad, Sobrepeso, Estudiantes de medicina.

## INTRODUÇÃO

A obesidade é uma condição crônica caracterizada pelo acúmulo excessivo de gordura corporal, sendo sua origem complexa e multifatorial, resultante da interação entre hábitos de vida, predisposição genética e influências emocionais (MANCINI MC, et al., 2015).

A definição mais comumente empregada para obesidade se fundamenta no índice de massa corporal (IMC). Apesar de suas limitações, o IMC é amplamente reconhecido para avaliação e categorização do peso. De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), uma pessoa é considerada com excesso de peso quando apresenta um IMC  $\geq 25$  kg/m<sup>2</sup>, e é classificada como obesa quando o IMC atinge  $\geq 30$  kg/m<sup>2</sup> (BRASIL, 2019).

A obesidade representa um desafio significativo para a saúde pública, expandindo-se globalmente. Conforme indicado no relatório da Organização Mundial da Saúde de 2016, os índices de obesidade triplicaram desde 1980 (SWINBURN BA, et al., 2019). As taxas atuais de obesidade são identificadas como uma epidemia de saúde pública, afetando adultos, crianças e adolescentes. Este é um problema significativo em escala global, exacerbado principalmente pelo aumento do risco de diabetes tipo 2, doenças cardiovasculares e diversos tipos de câncer (FRANCO RR, et al., 2014).

Algumas explicações são levantadas para o aumento da prevalência de sobrepeso/obesidade na população mundial, sendo o ambiente moderno um forte estímulo para obesidade (ABESO, 2016). De acordo com Vilar L (2021), houve um aumento de 27,5% na taxa de obesidade em adultos e de 47,1% em crianças. Conforme informações da Organização Mundial da Saúde (OMS) em 2016, mais de 1,9 bilhão de pessoas com idade igual ou superior a 18 anos apresentavam excesso de peso, sendo que mais de 650 milhões delas eram classificadas como obesas. As projeções indicam que, até o ano de 2025, aproximadamente 2,3 bilhões de indivíduos estarão enfrentando problemas de excesso de peso, com mais de 700 milhões deles sofrendo de obesidade.

O crescimento da obesidade é considerado grave e ganhou o status de epidemia. Ademais, ela é um fator de risco para o diabetes, hipertensão e outras doenças crônicas não transmissíveis, cujas causas estão associadas aos estilos de vida. O avanço do sobrepeso e da obesidade em nível global tem impactos econômicos que refletem em custos elevados na saúde, redução dos rendimentos, desemprego e aposentadoria prematura (OMS, 2021). A prevalência de adultos com excesso de peso e obesidade está em constante elevação no Brasil e em todo o mundo, resultando em um significativo problema de saúde pública global. Esse aumento pode ser atribuído ao crescente consumo de alimentos industrializados em detrimento dos alimentos naturais, ao aumento do consumo de produtos ultra processados com alta densidade calórica,

ao aumento da disponibilidade de refeições rápidas (fast food) e à diminuição do gasto energético devido aos baixos níveis de atividade física na população.

No decorrer dos últimos treze anos, a prevalência dessa doença crônica no Brasil apresentou um aumento de 72%, passando de 11,8% em 2006 para 20,3% em 2019. Diante desse cenário, é relevante destacar que, conforme a Pesquisa de Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico, a atenção para esse problema se faz necessária (VIGITEL, 2020). Segundo os dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2020) a prevalência de excesso de peso aumenta com a idade, em ambos os sexos, ultrapassando os 50% na faixa etária de 25 a 39 anos, sendo um pouco mais elevada entre os homens (58,3%) do que entre as mulheres (57,0%).

Com exceção desse grupo, o excesso de peso foi mais prevalente entre as mulheres. No Maranhão, a Pesquisa VIGITEL, de 2019, do Ministério da Saúde, mostrou que 18,8% dos homens e 15,8% das mulheres em São Luís - Maranhão estavam obesos (BRASIL, 2019). A obesidade e o sobrepeso estão associados a redução marcante na expectativa de vida de homens e mulheres, tem sido sugerido que o aumento constante na expectativa de vida visto durante os últimos dois séculos pode terminar devido a crescente prevalência de obesidade, em geral, o maior índice de IMC está associado ao aumento da taxa de morte por todas as causas e de doença cardiovascular (PERREAULT L e LAFERRÈRE B, 2018).

O tratamento da obesidade é complexo e multidisciplinar. O manejo inicial é uma intervenção abrangente no estilo de vida, uma combinação de dieta, exercícios físicos e modificação do comportamento, a terapia medicamentosa pode ser um componente útil no tratamento. A terapia medicamentosa não cura a obesidade, assim como toda doença crônica, a intervenção se inicia na prevenção secundária para impedir a progressão da doença para um estágio mais grave e prevenir complicações e deterioração posterior, e deve ser mantida para evitar a recuperação do peso (PERREAULT L, 2021).

De acordo com Porto PLG, et al., (2022), hábitos irregulares e a não introdução de atividade física na rotina proporciona um aumento da prevalência de taxas de sobrepeso e obesidade entre alunos de graduação. Estudos mostram altas prevalências de transtornos alimentares entre estudantes universitários, sobretudo da área da saúde (NASCIMENTO VSD, et al., 2019). Estudos realizados por Santos IJL, et al. (2016) mostrou que os estudantes universitários têm adotado um estilo de vida pouco saudável, sendo que os problemas estão relacionados principalmente à sua saúde mental, ao consumo de bebida alcoólica, ao tabagismo, a privação do sono, a falta de atividade física e a maus hábitos alimentares, fatores que influenciem diretamente no sobrepeso e na obesidade.

Em vista disso e de acordo com Oliveira IKF, et al. (2019), essa fase da vida é repleta de novas exigências estudantis, assim como novas relações sociais associadas, a recém-conquista da independência e juízo de consciência da escolha de quais alimentos comprar e como prepará-los, podendo refletir em impactos alimentares negativos. Portanto, o objetivo deste estudo consiste em examinar a prevalência de obesidade e sobrepeso entre os estudantes de medicina de uma universidade privada localizada em Imperatriz, Maranhão, empregando uma abordagem transversal e uma metodologia quantitativa.

## MÉTODOS

Este é um estudo de caráter descritivo, de natureza quantitativa e com abordagem transversal, em que estudantes de medicina voluntários participaram ao responder um questionário. A pesquisa foi realizada em uma universidade privada em um município do Estado do Maranhão, durante os meses de fevereiro e março de 2023, envolvendo alunos do primeiro ao oitavo período regularmente matriculados nessa instituição de ensino. Antes do início da pesquisa, obteve-se a autorização institucional mediante a assinatura da Declaração de Liberação/Autorização pelos responsáveis.

A população alvo deste estudo consiste em estudantes de medicina, totalizando 566 alunos matriculados, conforme dados obtidos junto à coordenação do curso de medicina da própria Universidade. Dentre esses, a amostra selecionada abrange os estudantes do primeiro ao oitavo período, que totalizam 395 alunos matriculados em uma universidade privada em um município do Estado do Maranhão e que atenderam aos

critérios de inclusão e exclusão a seguir estabelecidos. Critérios de inclusão: Para serem incluídos na pesquisa, os participantes devem ser alunos regularmente matriculados no curso de graduação de medicina da Universidade pesquisada, estar no primeiro ao oitavo período, ser maiores ou iguais a 16 anos de idade e concordar em assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Critérios de exclusão: Não serão considerados para a pesquisa os alunos matriculados do nono ao décimo segundo período, menores de 16 anos de idade, aqueles que se recusarem a participar, os que preencham inadequadamente o questionário, os que tenham realizado cirurgia bariátrica anteriormente, os que apresentem doença tireoidiana não controlada ou doença de Cushing, bem como aqueles que não assinarem o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

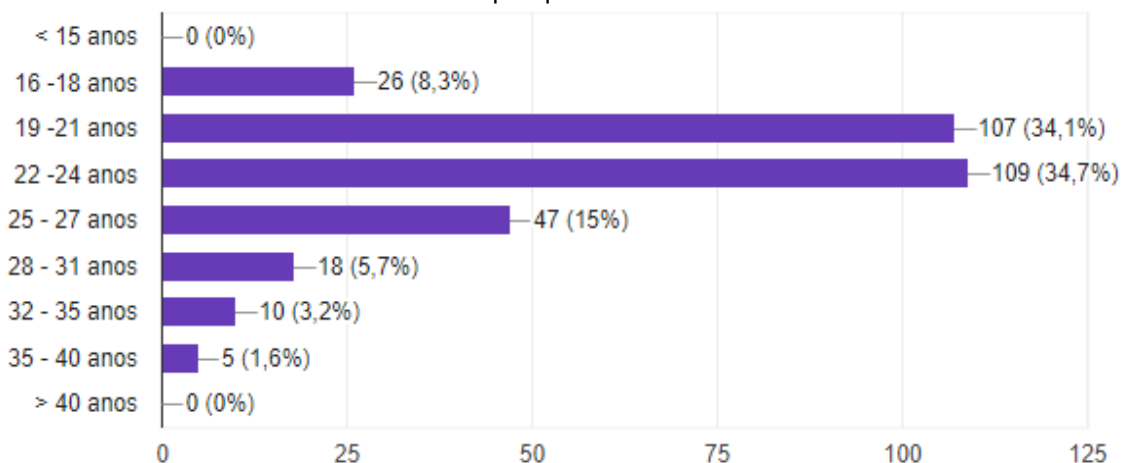
De acordo com as diretrizes estabelecidas na resolução nº 466/12 da Comissão Nacional de Ética em Pesquisa do Ministério da Saúde, todos os participantes foram solicitados a assinar o TCLE, em duas cópias idênticas, como forma de expressar seu consentimento para participar da pesquisa e garantir que suas informações permaneceriam confidenciais. Este estudo foi conduzido somente após a obtenção da aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) com número CAAE: 64126122.6.0000.5084, com parecer de número 6.024.820 e estritamente seguiu as diretrizes estabelecidas na Resolução CNS/MS Nº 466/12, que regulamenta pesquisas envolvendo seres humanos.

Essa abordagem assegurou a liberdade de participação, a preservação da integridade dos participantes da pesquisa e a proteção de seus dados, garantindo assim a confidencialidade, o sigilo e a privacidade necessários. Foi utilizado como instrumento de coleta de dados um breve questionário auto elaborado pelos pesquisadores dessa presente pesquisa, contendo os seguintes dados: 1) gênero; 2) idade cronológica; 3) período matriculado; 4) peso; 5) altura; 6) ganho de peso; 7) alimentação; 8) atividade física; 9) uso de bebidas alcoólicas; 10) uso de tabagismo; 11) realizou cirurgia bariátrica; 12) doença crônica e 13) uso de medicações para perda de peso. Para a análise estatística foi calculado o IMC conforme a classificação da OMS, utilizando a distribuição de frequência para as variáveis categóricas e a média e desvio padrão das variáveis contínuas. E para isso foram utilizadas algumas ferramentas do pacote Office da Microsoft, Word e Excel para a tabulação e desenvolvimento dos dados e toda a pesquisa.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A pesquisa envolveu a avaliação de 314 estudantes de medicina, sendo que 2 deles foram excluídos da amostra pois passaram por cirurgia bariátrica com o objetivo de perder peso. A análise da faixa etária dos acadêmicos revelou que a maioria deles, equivalente a 68,8%, se encontravam na faixa etária de 19 a 24 anos, como demonstrado no **(Gráfico 1)**.

**Gráfico 1** - Idade dos acadêmicos pesquisados.



Fonte: Resende BLM, et al., 2024.



A quantidade de alunos foi amostrada da seguinte forma: 53 alunos do 1º período, 42 do 2º período, 37 do 3º período, 34 do 4º período, 39 do 5º período, 33 do 6º período, 39 do 7º período e 37 do 8º período. Destes, 136 (43,3%) masculino; 160 (51%) feminino; 17 (5,4%) preferiu não dizer e 2 (0,6%) declararam outros gêneros. Entre os voluntários 1,6% apresentaram IMC menor que 18,5kg/m<sup>2</sup>, 52,2% apresentaram IMC adequado, 40,4% apresentaram sobrepeso, 5,4% apresentaram obesidade Grau I e 0,3% apresentaram obesidade Grau III. Os IMC estão demonstrados no **(Gráfico 2)**.

De acordo com dados do SISVAN a classificação do estado nutricional de adultos é realizada a partir do valor bruto de IMC. Nesse caso, são definidos três pontos de corte para o indicador de IMC (valores de IMC de 18,5, 25,0 e 30,0), permitindo a seguinte classificação: Valores de IMC abaixo de 18,5: adulto com baixo peso. Valores de IMC maior ou igual a 18,5 e menor que 25,0: adulto com peso adequado (eutrófico). Valores de IMC maior ou igual a 25,0 e menor que 30,0: adulto com sobrepeso. Valores de IMC maior ou igual a 30,0: adulto com obesidade.

Quando avaliado os dados do IBGE na população adulta brasileira, 57,5% dos homens apresentavam sobrepeso/obesidade, da taxa brasileira, entre as mulheres 62,6% apresentavam sobrepeso/obesidade. Uma possível explicação para isso é que o IMC pode não ser um bom indicador de obesidade, já que se baseiam apenas nos parâmetros peso e altura, não fornecendo informações sobre o percentual e distribuição da gordura corporal, apesar de útil na avaliação do risco de mortalidade, deve ser utilizado conjuntamente a outras medidas antropométricas na avaliação do estado nutricional (IBGE, 2019).

No nosso estudo foi encontrado uma prevalência de sobrepeso maior ao do estudo realizado por Rimárová, K, et al. (2018), pois no que diz respeito aos parâmetros relacionados ao peso e às medidas corporais os autores propuseram a avaliação dos fatores de risco cardiovascular entre estudantes de medicina, categorizando-os por gênero, sobrepeso e obesidade. E concluíram que a incidência de "sobrepeso + obesidade" foi observada em até 15,38% dos estudantes, revelando, de maneira geral, um risco estatisticamente mais elevado para os estudantes do sexo masculino, sendo esse um índice inferior ao do nosso estudo.

É preciso analisar que no início da vida acadêmica os alunos podem vir a passar por um período conturbado de drásticas mudanças no seu ciclo vital, que influenciam diretamente em seu estilo de vida, podendo estar correlacionado com o perfil sedentário apresentado em alguns desses estudantes (JESUS, 2020).

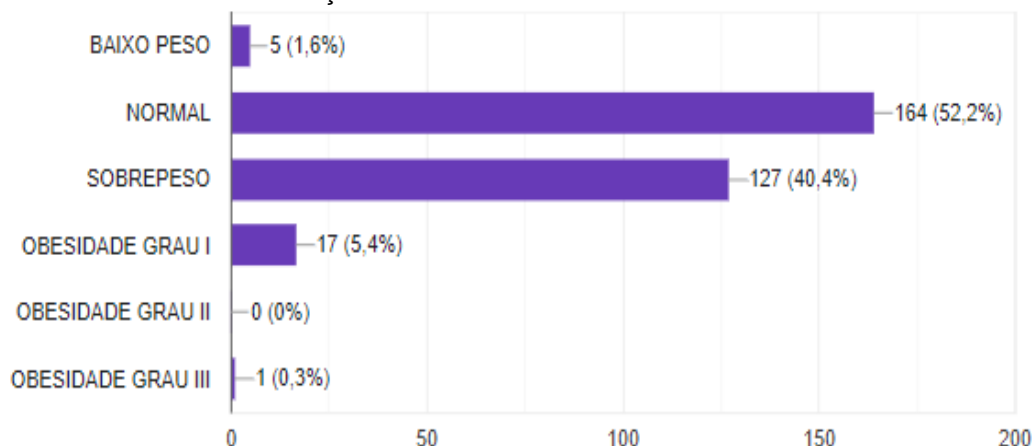
O estudo conduzido por Pires, CG, et al. (2016) destaca que o ingresso na universidade propicia o desenvolvimento de novas relações, oferecendo a oportunidade de adotar comportamentos sedentários e uma alimentação inadequada, o que pode contribuir para o ganho de peso.

Essa situação pode estar associada à escassez de tempo, falta de motivação e apoio social, à distância entre a residência e os locais destinados à prática de exercícios, além da dificuldade de encontrar tempo para preparar refeições saudáveis, levando à substituição de refeições por lanches ricos em sal, calorias, frituras e condimentos.

Especialmente ao longo da formação universitária, os estudantes mencionam ter menos tempo disponível para adotar hábitos saudáveis devido às demandas acadêmicas. Sousa TF, et al. (2017), por meio de uma pesquisa de monitoramento com a realização de inquéritos transversais envolvendo estudantes universitários do estado da Bahia, evidenciaram que o excesso de peso corporal entre esses estudantes está associado à alimentação inadequada, faixa etária mais jovem e menor exposição à universidade, ou seja, principalmente aos estudantes do primeiro ano.

A busca por formação acadêmica é um desafio que frequentemente modifica a rotina dos estudantes e exerce influência sobre suas escolhas alimentares. Isso muitas vezes resulta na preferência por refeições rápidas e hipercalóricas. Um estudo indiano analisou o hábito alimentar de estudantes da Sumandeeep Vidyapeeth University, 90% da amostra fazia consumo de fast food e o consumo de frutas e verduras chega a apenas 20% (SHAH T, et al., 2014).

**Gráfico 2 - Classificação do IMC dos acadêmicos.**

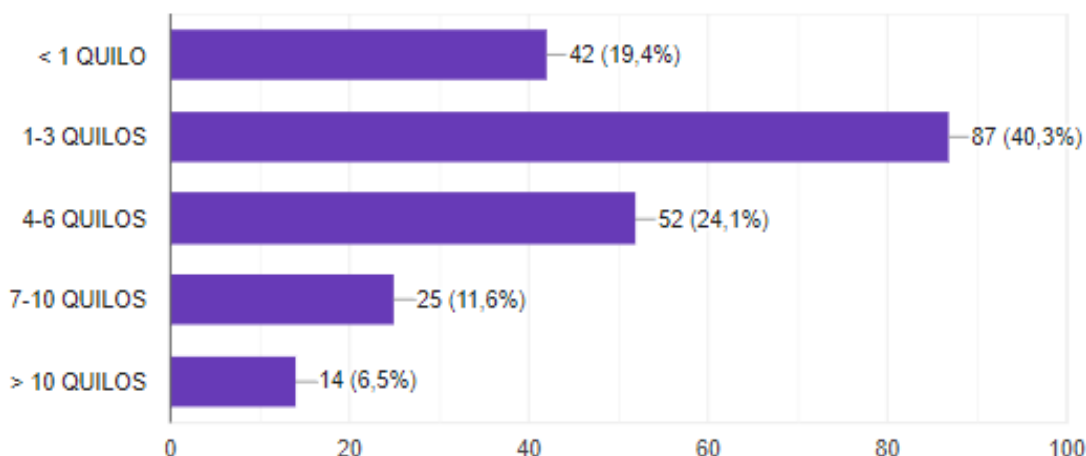


Fonte: Resende BLM, et al., 2024.

Comparando com a nossa amostra estudada, 106 (34,0%) afirmaram não ter mudado a alimentação após ingressar na graduação, 189 (60,0%) aumentaram o consumo de alimentos industrializados e de fast-food, 19 (6,0%) aumentaram alimentação de frutas e verduras e diminuíram os alimentos processados e industrializados. A literatura que relaciona hábitos alimentares não saudáveis e o consumo de ultraprocessados com doenças crônicas tem aumentado, pois, em geral, essas dietas contêm propriedades que elevam o consumo de calorias: muito açúcar, sódio, gordura e alta densidade energética (HALL KD, et al., 2019).

O que é possível perceber quanto ao ganho de peso após ingressar na graduação de medicina, é que dentre as respostas recebidas, um total de 220 (70,06%) afirmaram ter ganhado peso e 94 (29,93%) não aumentaram de peso. Dentre os acadêmicos que aumentaram de peso, 42 acadêmicos aumentaram menos de 1 quilo, 87 acadêmicos aumentaram de 1 a 3 quilos, 52 acadêmicos aumentaram de 4 a 6 quilos, 25 acadêmicos aumentaram de 7 a 10 quilos e 14 acadêmicos aumentaram mais de 10 quilos conforme demonstra o (Gráfico 3).

**Gráfico 3 - Quantidade de quilos aumentados após entrarem na Universidade.**



Fonte: Resende BLM, et al., 2024.

No que diz respeito à prática de atividade física semanal 120 (38,2%) referiram nunca praticar atividade física, 90 (28,7%) fazem às vezes atividade física de até 2 vezes por semana, 74 (23,6%) praticam frequentemente atividade física até 3 vezes por semana e 41 (13,1%) muito frequentemente mais de 4 vezes na semana de atividade física, (Gráfico 4). Esses dados corroboram com os estudos realizados por Carvalheira LS, et al., (2020), que teve como objetivo analisar o nível de atividade física (NAF) de estudantes

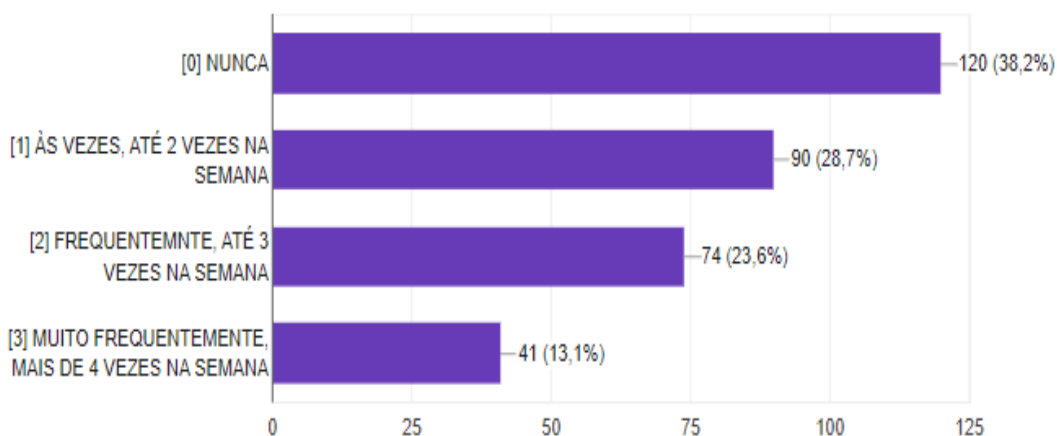
universitários de cursos da área da saúde de uma universidade comunitária do Estado do Rio Grande do Sul e os fatores associados, e que contou com a participação de 76 acadêmicos do Centro de Ciências da Saúde e Agrárias da Universidade de Cruz Alta - Unicruz, com idade média de  $21,21 \pm 4,10$  anos. Os cursos representados foram Biomedicina (27%), Fisioterapia (21%), Farmácia (20%), Enfermagem (18%) e Educação Física (14%).

Do total, 54% eram ingressantes e 46% concluintes. O Nível de Atividade Física (NAF) dos acadêmicos foi avaliado em diferentes situações: no trabalho, meio de transporte, em casa e no lazer. Os resultados revelaram um baixo nível de atividade física entre os universitários, com mais da metade sendo fisicamente inativos em suas atividades laborais e um percentual significativo de inatividade nas demais situações avaliadas. Em contrapartida, um estudo evidenciou a maioria de sua amostra (38,5%) dentro da faixa caracterizada por muito ativo, ou seja, aquele que cumpriu as recomendações de qualquer atividade somada:  $\geq 5$  dias/sem e  $\geq 150$  minutos/sem (caminhada + moderada + vigorosa). Essa diferença pode ser explicada por fatores como o clima, que se mantém constantemente quente em áreas como o Nordeste estimulando mais a atividades fora de ambientes fechados e também por haver maior preocupação com a aparência, visto que 55,3% dos pesquisados referiram praticar exercício devido à estética corporal (MACENA LB, et al., 2015).

Segundo Ekelund U, et al., (2019), a atividade física é uma das estratégias mais importantes de saúde pública. Entretanto, considerar que o aumento da atividade física pode promover a perda e a manutenção do peso é uma questão complexa, pois envolve outras modalidades de gasto e ingestão de energia, além de mecanismos genéticos e comportamentais. De fato, é consensual que, independentemente do peso corporal, o incentivo para a atividade física é essencial para prevenir doenças e melhorar o estado de saúde da população.

Segundo a OMS (2014), o aconselhamento de atividade física e dieta saudável na atenção primária à saúde tem o potencial de mudar os comportamentos relacionados à obesidade. Uma dieta de baixa caloria é um tratamento eficaz no curto prazo; contudo, o exercício físico aumenta a efetividade da perda de peso. Além disso, o monitoramento regular do peso é parte da rotina para a prevenção e controle de doenças crônicas.

**Gráfico 4** - Quantidade de vezes por semana que pratica atividade física.



Fonte: Resende BLM, et al., 2024.

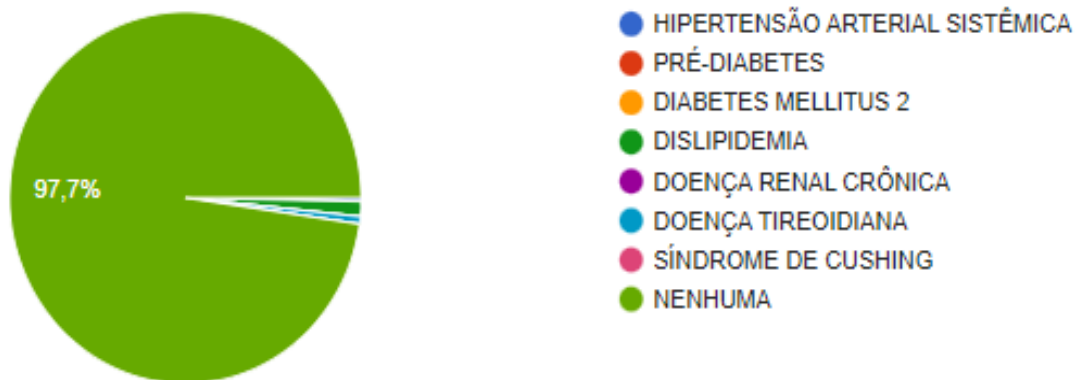
No que se refere ao tabagismo, incluindo também o uso de cigarro eletrônico, observou-se que entre os acadêmicos, 165 (52,5%) relataram nunca consumir, 95 (30,3%) consumiam ocasionalmente até duas vezes por semana, 29 (9,2%) consumiam com frequência até três vezes por semana, e 27 (8,6%) consumiam com muita frequência, mais de quatro vezes por semana. Evidenciando um aumento de tabagistas entre os acadêmicos quando se compara entre os da Universidade Severino Sombra – RJ em anos estudos de anos anteriores que encontraram prevalências de 25% e 18,9% para turmas do 1º e 8º períodos respectivamente e de 4,7% para alunos do 2º período.

Quanto ao consumo de bebidas alcoólicas o consumo por semana pelos acadêmicos 83 (26,4%) afirmaram nunca consumir, 201 (64%) consumir as vezes até 3 vezes por semana, 30 (9,6%) frequentemente até 3 vezes por semana e 05 (1,6%) muito frequentemente mais de 04 vezes por semana. Em um estudo na Universidade Severino Sombra – RJ foi encontrada uma prevalência de ingestão de álcool de 80% entre os estudantes, e quando comparado a um estudo realizado entre estudantes de medicina da Universidade Federal do Maranhão (UFMA) também foi encontrada uma alta taxa de uso de bebidas alcoólicas, representando 64,2% da amostra (SOARES GP, et al., 2013).

Uma revisão sistemática relacionada a esse dado é "*Alcohol consumption and obesity: a review*", a qual examinou a literatura existente sobre o consumo de álcool e sua associação com a obesidade, revelando resultados diversos. Algumas pesquisas indicaram que o consumo moderado de álcool pode estar relacionado a índices menores de obesidade, ao passo que outras encontraram uma associação positiva entre o consumo de álcool e a obesidade. No entanto, a maioria dos estudos não identificou uma relação significativa entre o consumo de álcool e a obesidade. Concluiu-se no artigo que são necessárias mais pesquisas para determinar a relação precisa entre o consumo de álcool e a obesidade (TRAVERSY G e CHAPUT JP, 2015). Ao analisar se os acadêmicos já possuem alguma doença crônica, 307 (97,7%) afirmaram não ter nenhuma doença, 1 (0,3%) possui hipertensão arterial sistêmica, 2 (0,6%) ter alguma doença tireoidiana e 4 (1,3%) já possui dislipidemia que tem associação direta com obesidade por muitas vezes, (**Gráfico 5**).

No Brasil, tem-se observado expressiva prevalência de fatores risco cardiovascular entre os adultos jovens, especialmente sedentarismo e obesidade. Isso é alarmante pois, para os jovens, a mudança do estilo de vida pode alterar a história natural da doença aterosclerótica. Entre os universitários, particularmente os da área de saúde, se observa elevada prevalência de fatores risco cardiovascular, o que é preocupante, já que compõem grupo de cujos integrantes se espera modelo para o estabelecimento de hábitos saudáveis de vida (MASCENA, LB, et al., 2015).

**Gráfico 5** - Estudantes que possuem ou não alguma doença crônica.



**Fonte:** Resende BLM, et al., 2024.

Constatou-se que houve um aumento significativo de peso entre os estudantes após ingressarem na graduação. Por conseguinte, a pesquisa também abordou o uso de medicamentos para auxiliar na perda de peso. Nesse contexto, 70 (22,3%) participantes afirmaram ter utilizado algum tipo de medicação, enquanto 244 (77,7%) não fizeram uso de nenhum medicamento. Dos que alegaram ter utilizado medicamentos, foi questionado se esses foram prescritos por um médico, e 37 (20,7%) confirmaram que sim, enquanto 145 (81%) relataram ter utilizado medicamentos para perda de peso sem prescrição ou supervisão médica, conforme apresentado no (**Gráfico 6**).

No estudo de Silva NG e Silva J (2019) com jovens universitários, a insatisfação corporal, foi maior nos indivíduos com excesso de peso, quando comparados aos eutróficos. Neste contexto, destaca-se que os aspectos sociais, e estabelecimento das relações nesse período de formação profissional dos universitários são relevantes estimuladoras quanto ao fortalecimento da valorização das atitudes relacionadas à estética,



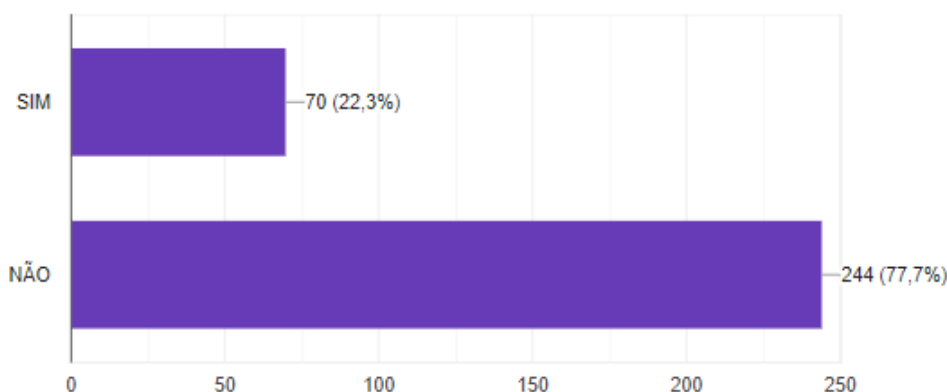
podendo repercutir nas percepções da imagem corporal, seja com o desejo de um corpo mais magro ou musculoso, e assim possibilitam a manutenção do peso corporal (BARROS GR, et al., 2021).

Esse resultado também pôde ser observado em estudos realizados por Santos IJL, et al. (2023) em que foi avaliado o risco de desenvolvimento de transtornos alimentares em estudantes do curso de medicina, e os autores concluíram que há risco positivo para desenvolvimento de Transtornos Alimentares em estudantes de Medicina do sexo feminino, na amostra estudada, pois nesta fase existe uma grande preocupação com a aparência, tamanho e forma corporais, à qual se superpõe os fatores de estresse relacionados ao curso de graduação em Medicina.

Em contraste à realidade de um estilo de vida correto, o sobrepeso se mantém em alguns alunos devido à extensa carga horária do curso e exige muito tempo e dedicação dos acadêmicos. Como forma de praticidade para adequação do tempo, esses estudantes buscam se alimentar por meio de fast-food e alimentos rápidos que, por sua vez, não contribuem para um IMC adequado (JESUS AT, et al., 2020).

É de extrema importância elaborar e implementar ações de educação em saúde direcionadas aos estudantes e médicos residentes. Idealmente, essas ações devem ser baseadas em estratégias que estimulem o pensamento crítico, incluindo o acesso a informações da medicina baseada em evidências por meio de artigos. Além disso, é fundamental conceder-lhes um papel ativo nas decisões relativas à mudança de hábitos e medidas preventivas.

**Gráfico 6** - Uso de medicação para perda de peso.



**Fonte:** Resende BLM, et al., 2024.

## CONCLUSÃO

Conclui-se que é necessário promover uma alimentação saudável e a prática de atividades físicas entre os estudantes de medicina. Além disso, é crucial realizar estudos adicionais para aprofundar a avaliação dos hábitos e do peso desses estudantes, dado o aumento da prevalência de sobrepeso e obesidade, especialmente entre mulheres de 19 a 24 anos. O ganho de peso durante a graduação, o consumo de alimentos industrializados, a falta de atividade física, o uso de álcool e tabaco, bem como o uso de medicamentos para perda de peso sem prescrição médica são preocupantes. A promoção da saúde e da educação sobre hábitos saudáveis deve ser direcionada aos estudantes de medicina. Garantir a boa saúde dos futuros profissionais é fundamental para que possam desempenhar eficazmente seu papel no cuidado com os pacientes.

## AGRADECIMENTOS

À Univerdade Ceuma do Maranhão campus Imperatriz, que permitiu a pesquisa em seu ambiente.

**REFERÊNCIAS**

1. ABESO. Associação brasileira para o estudo da obesidade e da síndrome metabólica. Diretrizes brasileiras de obesidade. 4. Ed. São paulo: abeso, 2016.
2. BARROS GR, et al. Sobrepeso e obesidade em universitários: prevalências e fatores associados. Rev Bras Ativ Fís Saúde, 2021; 26: e0225.
3. BRASIL. Ministério da saúde. Secretaria de Vigilância em saúde. VIGITEL. Brasil 2011-2020: Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico. Brasília: Ministério da saúde, 2011-2020.
4. BRASIL, Pesquisa nacional de saúde: 2019: Atenção primária à saúde e informações antropométricas: Brasil / IBGE, Coordenação de Trabalho e Rendimento. - Rio de Janeiro: IBGE, 2020. Disponível em: <https://abeso.org.br/obesidade-e-sindrome-metabolica/mapa-da-obesidade/>.
5. BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria-Executiva. Subsecretaria de Planejamento e Orçamento. Plano Nacional de Saúde- PNS 2019- Ciclos de vida – Brasil e Grandes Regiões. IBGE; 2019. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/estatisticas/sociais/saude/9160-pesquisa-nacional-de-saude.html?edicao=29270&t=resultados>.
6. CARVALHEIRA, LS. et al. Evaluation of physical activity level of university students. Biomotriz, 2020; 14(1): 1-17.
7. EKELUND U. et al. Physical activity in the prevention of weight gain: the impact of measurement and interpretation of associations. Current Obesity Reports, 2019; 8: 66-76.
8. FRANCO RR et al. O efeito da sibutramina na perda de peso de adolescentes obesos. Arquivos Brasileiros de Endocrinologia & Metabologia, 2014; 58: 243-250.
9. HALL, KD. et al. Ultra-processed diets cause excess calorie intake and weight gain: an in patient randomized controlled trial of ad libitum food intake. Cell Metabolism, 2019; 30: 67-77.
10. INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA – IBGE: Pesquisa nacional de saúde: 2019: Atenção primária à saúde e informações antropométricas: Brasil / IBGE, Coordenação de Trabalho e Rendimento. - Rio de Janeiro: IBGE, 2020. Disponível em: <https://abeso.org.br/obesidade-e-sindrome-metabolica/mapa-da-obesidade/>.
11. JESUS AT, et al. Prevalência de obesidade e sobrepeso em acadêmicos do 3º e 8º período de curso de odontologia em Rondônia / Brasil. Revista Eletrônica Acervo Saúde, 2020; 12(12): e4897.
12. MACENA LB et al. Nível de atividade física e índice de massa corpórea em acadêmicos de medicina da Universidade Tiradentes em Aracaju-SE. Caderno de Graduação-Ciências Biológicas e da Saúde-UNIT, 2015; 3(1): 101-112
13. MANCINI MC, et al. Obesidade e disfunção sexual. Tratado de obesidade: 2. ed, 2015.
14. NASCIMENTO VSD, et al. Association between eating disorders, suicide and depressive symptoms in undergraduate students of health-related courses. Einstein, 2019; 18: eAO4908.
15. OLIVEIRA IKF, et al. Consumo de alimentos ultraprocessados e obesidade abdominal em adolescentes universitários. Revista Eletrônica Acervo Saúde, 2019; 11(16): 2178-2091.
16. ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Obesity. Publicado em 2021. Disponível em: <https://www.who.int/features/factfiles/obesity/en/>.
17. ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Global status report on noncommunicable diseases 2014. Geneva: WHO, 2014.
18. PERREAULT L. Obesity in adults: Drug therapy. Waltham: UpToDate, 2021.
19. PERREAULT L e LAFERRÈRE B. Overweight and obesity in adults: Health consequences. Waltham: UpToDate, 2018.
20. PIRES CG, et al. Excesso de peso em universitários ingressantes e concluintes de um curso de enfermagem. Escola Anna Nery.Salvador, BA, 2016; 20(5): 1-9.
21. PORTO PLG, et al. Avaliação de hábitos obesogênicos em estudantes de medicina: análise do estado nutricional, físico, de ansiedade e depressão em estudantes de uma faculdade particular do Rio de Janeiro. Revista de Medicina, 2022; 101: 2.
22. RIMÁROVÁ, K. et al. Prevalence of lifestyle and cardiovascular risk factors in a group of medical students. Central European Journal Of Public Health, 2018; 26(Supplement): S12-S18.

23. SABTOS IJL et al. Avaliação da prevalência de obesidade e sobrepeso entre estudantes de Medicina da Universidade Severino Sombra, Vassouras. *Revista Fluminense de Extensão Universitária*, 2016; 6: 2.
24. SANTOS IJL, et al. Avaliação da prevalência de obesidade e sobrepeso entre estudantes de Medicina da Universidade Severino Sombra, Vassouras-RJ. *Revista Fluminense de Extensão Universitária*, 2016; 6(1/2): 13-20.
25. SHAH T, et al. Assessment of Obesity, Overweight and Its Association with the Fast Food Consumption in Medical Students. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*, 2014.
26. SILVA NG e SILVA J. Aspectos Psicossociais Relacionados à Imagem Corporal de Pessoas com Excesso de Peso. *Revista Subjetividades*, 2019; 19(1): e8030.
27. SISVAN (Norma Técnica da Vigilância Alimentar e Nutricional) - National Health and Nutrition Examination Survey – NHANES II. Disponível em: [http://tabnet.datasus.gov.br/cgi-win/SISVAN/CNV/notas\\_sisvan.html#:~:text=Valores%20de%20IMC%20abaixo%20de,%2C0%3A%20adulto%20com%20obesidade](http://tabnet.datasus.gov.br/cgi-win/SISVAN/CNV/notas_sisvan.html#:~:text=Valores%20de%20IMC%20abaixo%20de,%2C0%3A%20adulto%20com%20obesidade).
28. SOARES GP, et al. Evolução de indicadores socioeconômicos e da mortalidade cardiovascular em três estados do Brasil. *Arq. Bras. Cardiol*, 2013.
29. SOUSA TF, et al. Prevalência de excesso de peso corporal em universitários: uma análise de inquéritos repetidos. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 2017; 4(8): 587-597.
30. SWINBURN BA, et al. The global syndemic of obesity, undernutrition, and climate change. *The Lancet Commission report*, 2019; 393(10173): 791-846.
31. TRAVERSY G e CHAPUT JP. Alcohol Consumption and Obesity: An Update. *Curr Obes Rep.*, 2015; 4: 122–130.
32. VILAR L. *Endocrinologia Clínica* - 7. ed. - Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2021.