

## **Estudo comparativo do estado nutricional de universitários de uma instituição de nível superior privada**

Comparative study about nutritional level of students from a private college

Estudio comparativo de La universidad del estado nutricional de una institución de educación superior privada

Valeria Moraes de Araújo<sup>1</sup>, Larruama Priscylla Fernandes de Vasconcelos<sup>2</sup>,  
Janilson Avelino da Silva<sup>3</sup>

---

### **RESUMO**

**Objetivo:** Avaliar o estado nutricional de universitários dos cursos de Nutrição e Arquitetura de uma instituição superior privada da cidade de Patos-PB. **Métodos:** A amostra foi composta por 40 universitários de ambos os sexos, 20 estudantes de Nutrição e 20 estudantes de Arquitetura. Para registro das informações foi utilizado um questionário que continha questões antropométricas, como o peso corporal e altura como forma de obtenção do Índice de Massa Corporal (IMC). Além disso, verificaram-se as modalidades de atividade física realizadas pela amostra e o funcionamento intestinal dos grupos. **Resultados:** Constatou-se que os universitários do curso de Nutrição encontram-se com o IMC dentro dos parâmetros de eutrofia (22,6kg/m<sup>2</sup>) e os de Arquitetura com sobrepeso (25,1kg/m<sup>2</sup>), P≤0,05. Analisando a prática de atividade física da amostra (40), 21 avaliados (53%) não realizam nenhum tipo de atividade, 12 fazem academia (30%), 04 praticam futsal (10%) e 03 realizam outros tipos de atividades esportivas (7%). **Conclusão:** Acredita-se que os universitários de Nutrição encontraram-se melhores e dentro dos parâmetros de normalidade por estarem mais expostos a informações sobre hábitos saudáveis e consumo alimentar.

**Palavras-chave:** Estado nutricional. Antropometria. Estudantes.

---

### **ABSTRACT**

**Objective:** To evaluate the nutritional status of college students from Nutrition and Architecture courses at a private institution in the city of Patos-PB. **Methods:** The sample consisted of 40 university students of both sexes, 20 students of Nutrition and 20 students of Architecture. To record the information, a questionnaire containing anthropometric questions was used, such as body weight and height as a way to obtain the Body Mass Index (BMI). In addition, the modalities of physical activity performed by the sample and the intestinal functioning of the groups were verified. **Results:** Nutrition students were found to have BMI within the parameters of eutrophy (22.6 kg / m<sup>2</sup>) and those of Overweight Architecture (25.1 kg / m<sup>2</sup>), P≤0.05. Analyzing the physical activity practice of the sample (40), 21 evaluated (53%) did not perform any type of activity, 12 performed gym (30%), 04 practiced futsal (10%) and 03 performed other types of sports activities (%). **Conclusion:** It is believed that the Nutrition university students found themselves better and within the parameters of normality because they were more exposed to information about healthy habits and food consumption.

**Keywords:** Nutritional status. Anthropometry. Students.

---

<sup>1</sup>Nutricionista. Faculdades Integradas de Patos.

<sup>2</sup>Estudante de Nutrição das faculdades Integradas de Patos.

<sup>3</sup>Professor do Curso de Nutrição das Faculdades Integradas de Patos e da Faculdade de Ciências Médicas/FCM-CG. Nutricionista Esportivo. Mestre e Doutorando em Ciências da Nutrição pela Universidade Federal da Paraíba. E-mail: [janilsonsilva@globomail.com](mailto:janilsonsilva@globomail.com)

## RESUMEN

**Objetivo:** Evaluar el estado nutricional de los cursos de Nutrición y Arquitectura de una institución superior privada de la ciudad de Patos-PB. **Métodos:** Una muestra de 40 universitarios de ambos sexos, 20 estudiantes de nutrición y 20 estudiantes de arquitectura. Para el registro de las informaciones se utilizó un cuestionario que continúa cuestiones antropométricas, como el peso corporal y la altura como forma de obtención de Índice de Massa Corporal (IMC). Además, verificamos como modalidades de la actividad física realizadas por el grupo y el funcionamiento intestinal de los grupos. **Resultados:** Constató-se que los estudios de curso de Nutrición se hicieron con IMC dentro de los parámetros de eutrofia (22,6kg / m<sup>2</sup>) y de Arquitectura con sobrepeso (25,1kg / m<sup>2</sup>), P≤0,05. Análisis de la práctica de la fotografía de la muestra (40), 21 (53%) no realizado en el tipo de actividad, 12 en la academia (30%), 04 prácticamente en el fútbol (10%) y 03 realizaron otros tipos de actividades deportivas (%). **Conclusión:** Acredita-se que los universitarios de Nutrición se encuentran-semejor y dentro de los parámetros de normalidad por estar más informados sobre hábitos saludables y consumo alimentario.

**Palabras clave:** Estado nutricional. Antropometría. Estudiantes.

---

## INTRODUÇÃO

A desigualdade e a má distribuição de renda foram e continuam sendo fatores determinantes para exclusão de inúmeros brasileiros que ainda vivem em estado de insegurança alimentar. O atual quadro nutricional vem indicando a coexistência de desnutrição e sobrepeso e obesidade em todos os segmentos da população, tornando-se um problema de Saúde Pública (BRASIL, 2008).

Segundo Martins (2008), o consumo de uma ingestão escassa de nutrientes pode acarretar um desequilíbrio corporal ocasionando o surgimento de doenças carenciais, contudo, uma elevada ingestão de macronutrientes gera o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT). O acúmulo de gordura generalizada prediz o desenvolvimento de inúmeras alterações metabólicas.

A antropometria é um método utilizado para avaliar o estado nutricional de indivíduos de todas as faixas etárias, por ser de baixo custo, de simples aplicação e pouco invasivo. Tem-se a possibilidade de avaliar a composição corporal e os compartimentos de massa magra e adiposa (DUARTE, 2007).

O final da adolescência e o início da vida adulta são momentos caracterizados por inúmeras alterações, inclusive as alimentares. Segundo Souza et al. (2007), ressaltam que a permanência de hábitos adquiridos durante os anos na universidade permanecem na vida adulta. Estudantes universitários compreendem as faixas etárias de risco para o desenvolvimento de excesso de peso e posteriormente o desenvolvimento de doenças crônicas ocasionadas, muitas das vezes pela adoção de um estilo de vida sedentário.

Diante de características marcantes do crescimento epidêmico do excesso de peso e aumento destes agravos em idades cada vez mais precoces em estudantes, questiona-se se existe diferença entre o estado nutricional de estudantes de Nutrição em relação aos estudantes de arquitetura, visto os estudantes de Nutrição serem mais expostos a informações sobre hábitos saudáveis quando comparados aos de Arquitetura?

## METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de caráter descritivo e transversal com universitários matriculados nos cursos de Nutrição e Arquitetura de uma faculdade privada do sertão paraibano realizado com 40 acadêmicos de ambos os sexos. Os estudantes que participaram eram alunos matriculados na instituição do quarto ao décimo período. Foram excluídos indivíduos que apresentassem alguma patologia/sintoma que alterasse o estado nutricional como, edema, câncer, problemas hepáticos, alterações na tireoide.

Foi aplicado um questionário para avaliar questões antropométricas, fisiológicas e atividade física.

Foi utilizada uma balança portátil digital da marca Caution<sup>®</sup>, com capacidade de 150 Kg e divisão de 0,5 gramas, e a estatura foi aferida com uso de uma fita métrica, com precisão de 0,5 cm, fixada em parede lisa; os universitários estavam descalços e de costas, utilizou-se uma régua como apoio e leitura (MUSSOI, 2015). Para medida das circunferências, utilizou-se fita métrica da marca Fisiostore<sup>®</sup>, comprimento de 150 cm, dividida em centímetros e subdividida em milímetros (FERREIRA, 2006). As dobras cutâneas bicipital, tricipital, subescapular e supra íliaca foram mensuradas por meio de plicômetro científico marca Cescor<sup>®</sup> com sensibilidade de 0,1mm.

Para o tratamento estatístico dos dados da pesquisa foi utilizado o software *Statistical Package for the Social Sciences* versão 22.0 (SPSS<sup>®</sup>). Realizaram-se estatísticas descritivas para caracterização da amostra e estatísticas inferenciais para comparação dos grupos Nutrição e Arquitetura. Realizou-se a verificação da normalidade na distribuição das variáveis contínuas, por meio do teste de Kolmogorov-Smirnov e em seguida compararam-se as médias dos grupos, utilizando o teste t de *student*, que foi empregado para comparação entre os grupos. Considerando o nível de significância de  $p \leq 0,05$ .

A participação dos universitários foi espontânea e livre, após terem sido esclarecidos sobre os objetivos da pesquisa e terem assinado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido afirmando a participação nesta pesquisa. O estudo foi previamente aprovado pelo Comitê de Ética das Faculdades Integradas de Patos obtendo o número de protocolo 1.364.026 em 11 de Dezembro de 2015.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Entre os 40 indivíduos avaliados, metade da amostra foi composta pelo sexo masculino e a outra metade do sexo feminino. Ao avaliar o IMC-Índice de Massa Corporal dos dois grupos, obteve-se que o IMC médio dos estudantes de Arquitetura se encontra com valores caracterizados como sobrepeso ( $25,10 \text{ kg/m}^2 \pm 3$ ), enquanto que os estudantes de Nutrição com valores de  $22,60 \text{ kg/m}^2 \pm 3$ , classificados como eutróficos, apresentando, assim diferença entre os grupos ( $p \leq 0,05$ ).

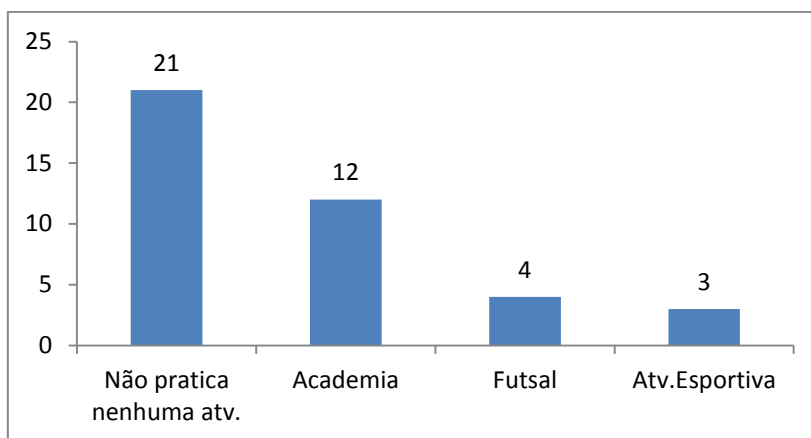
Um estudo realizado por Aires et al. (2009) em Pelotas a fim de estabelecer o perfil nutricional de estudantes (N = 351), encontrou que a maioria apresentava um adequado estado nutricional, porém, ainda existia um número bastante elevado de sobrepeso e obesidade entre os estudantes, aproximadamente 20% da amostra. Foram coletadas medidas antropométricas, como: peso e altura, circunferência da cintura e quadril.

Na Faculdade de Ciências Aplicadas/Unicamp (FCA), *campus* Limeira (São Paulo), ao avaliar algumas medidas antropométricas de estudantes de diversos cursos, observou-se a ocorrência de melhores resultados nos alunos dos cursos da área da saúde, talvez pela maior quantidade de informação recebida em relação a modificação do estilo de vida (MIRANDA, 2014).

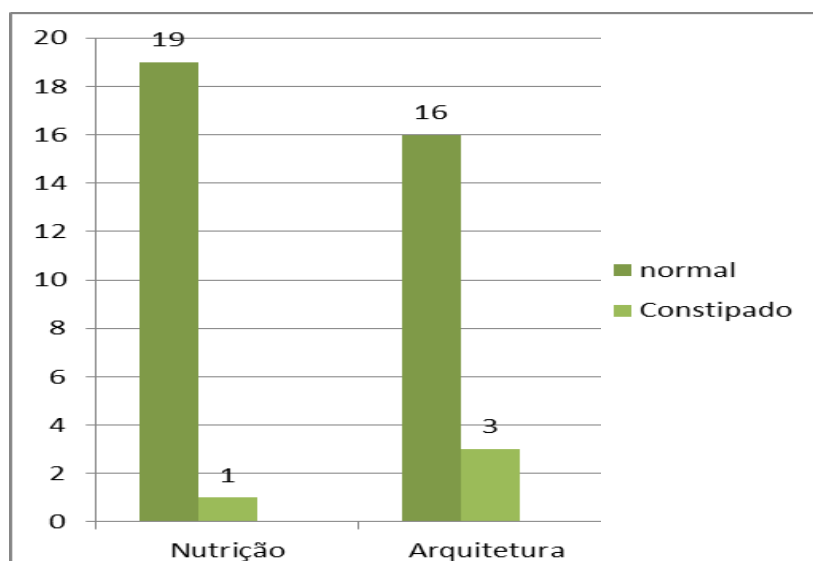
Quando indagados em relação às modalidades praticadas (**Gráfico 01**), 21 deles (53%) relataram não praticar nenhum tipo de atividade física, 12 fazem academia semanalmente (30%), 04 praticam futsal (10%) e 03 realizam outros tipos de atividades esportivas (7%). Assim, apresentam-se em ambos os grupos, valores elevados de sedentarismo entre os universitários.

As fibras são alimentos funcionais. Elas atuam na regulação do ritmo intestinal, bem como versas outras funções fisiológicas, trazendo uma melhoria da saúde (CUPPARI, 2014). A função intestinal pode ser vista como um importante elemento de verificação de uma alimentação adequada e o **Gráfico 2** expõe a função intestinal dos universitários de Nutrição e Arquitetura, visto que podem ser um reflexo de uma alimentação adequada, bem como um indicativo de um adequado funcionamento fisiológico. Os estudantes de nutrição possuem um melhor funcionamento intestinal.

**Gráfico 1**-Prática de atividade física por universitários de uma instituição de nível superior privada (N = 40).



**Gráfico 2** - Função intestinal de universitários de uma instituição de nível superior privada (N = 40).



## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados mostram que, realmente existem divergências de estado nutricional relacionadas a ambos os cursos. Nos cursos de saúde existe um grande número de disciplinas que tentam educar a população, mostrando os malefícios da prática de péssimos hábitos de vida. Apesar de termos nessa amostra estudantes da área de saúde, nem todos seguem um estilo de vida preconizado pelas recomendações de instituições internacionais a respeito de bons hábitos de vida, isso se reflete pelos resultados deste e de outros estudos.

Recebido em: 3/2017

Aceito em: 3/2017

Publicado em 4/2017

**REFERÊNCIAS**

1. AIRES, A. P; BOTEGA, A.O; PEDRON, F; PINTO, G; RAMOS, N; PEREIRA, P; SACCOL, A. L. F. **Nutricional de alunos em escola pública**. Ciências da Saúde, Santa Maria, v. 10, n. 1, 2009, p.77-89.
2. ANJOS, L. A.; CASTRO, I. R. R.; ENGSTROM, E. M.; AZEVEDO, A. M. F. **Crescimento e estado nutricional em amostra probabilística de escolares no Município do Rio de Janeiro, 1999**. Rio de Janeiro: Cad Saúde Pública, v.19, n.1, 2003
3. BRASIL. Ministério da Saúde. **Secretária de Atenção à Saúde**. Departamento de Atenção Básica. **Obesidade**. Caderno de atenção básica. Brasília: nº 12, 2005, 108p.
4. COELHO, Desire Ferreira; HERBERT, Antonio; NUNIOR, Lancha. **Nutrição e metabolismo aplicados à atividade**. Atheneu, 2ed, 2012, p. 17-30.
5. CUPPARI, Lílian. **Nutrição Clínica no Adulto**. Guias de Medicina Ambulatorial e
6. Hospitalar UNIFESP/Escola Paulista de Medicina. 3ª. ed. São Paulo: Ed. Manole 2014.  
DUARTE, Antônio Cláudio Goulart. **Avaliação nutricional: aspectos clínicos e laboratoriais**. São Paulo: Ateneu, 2007, 812p.
7. FERNANDES FILHO, José. **A prática da avaliação física**. Seção avaliação, 2ª ed, 2003,p.01.
8. MIRANDA, Lilian Paulino; KAMIJI,MayaraMayumi; ANTUNES,AdrianeElisbete Costa; et al., **Avaliação antropométrica e análise do consumo alimentar de universitários da Faculdade de Ciências**. Segurança Alimentar e Nutricional, Campinas, 21(2): 461-468, 2014.
9. RODRIGUES,E. N.; SOARES, ;BOOG.;**Resgate do conceito deaconselhamento no contexto do atendimento nutricional**. Campinas: Revista de Nutrição, 2005.
10. SOUZA, Elton Bicalho de. **Transição nutricional no Brasil: análise dos principais fatores**. Mestre em Nutrição Humana, docente do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Volta Redonda – UniFOA. Edição nº 13, agosto/2014