

ANÁLISE DOS HÁBITOS ALIMENTARES E COMPOSIÇÃO CORPORAL DOS ESTUDANTES DO CICLO CLÍNICO (5º AO 8º PERÍODO) DE MEDICINA DA UNIEVANGÉLICA

ANALYSIS OF DIETARY HABITS AND BODY COMPOSITION OF CLINICAL CYCLE STUDENTS (5TH TO 8TH PERIOD) OF MEDICINE AT UNIEVANGÉLICA

Rafaela Melo Macedo¹
Thais Ribeiro Garcia²
Miguel Carlos Azevedo Cruz³
Jalsi Tacon Arruda⁴

Resumo

Pesquisadores do mundo todo têm se voltado cada vez mais para a possível relação entre a causalidade das Doenças Crônicas não Transmissíveis (DCNT) e os fatores da alimentação. Devido ao aumento crescente da obesidade em jovens e as implicações sobre a saúde futura desses indivíduos, muitos estudos avaliam esse tipo de amostra. Os estudantes universitários representam uma população cujo estilo de vida e situações próprias do meio acadêmico podem resultar na omissão de refeições, noites sem dormir e estresse elevado. Desse modo, o presente estudo traçou o perfil da composição corporal utilizando indicadores antropométricos dos acadêmicos do ciclo clínico (5º ao 8º período) de medicina, verificou a incidência de estudantes obesos nessa população e analisou a interação entre a rotina acadêmica dos universitários e o desenvolvimento de hábitos ruins que levam a riscos para doenças crônicas não-transmissíveis. Foi realizado um estudo exploratório transversal, de base populacional constituída por estudantes universitários da UniEVANGÉLICA – Anápolis, GO. Ao todo foram obtidos 33 questionários respondidos pelos estudantes do ciclo clínico de medicina. Salienta-se a importância de uma alimentação nutricionalmente adequada e a prática de exercícios físicos, para promoção da saúde e prevenção de DCNT's.

Palavras-Chave: Alimentação. Doenças Crônicas Não Transmissíveis. Obesidade.

1. Introdução

Pesquisadores do mundo todo têm se voltado cada vez mais para a possível relação entre a causalidade das Doenças Crônicas não Transmissíveis (DCNT) e os fatores da alimentação. Avaliando estudantes universitários, Vieira et al. relataram que 73,5% dos indivíduos consumiam bebida alcoólica, 57,0% não realizavam atividade física, 7,0% fumavam e 58,7% apresentavam percentual de gordura corporal elevado (PETRIBÚ et al., 2009).

Devido ao aumento crescente da obesidade em jovens e as implicações sobre a saúde futura desses indivíduos, muitos estudos avaliam esse tipo de amostra (ABESO, 2016). Os estudantes universitários representam uma população cujo estilo de vida e situações próprias do

¹ Graduação em Medicina, Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA, Brasil. rafaela_melomacedo@hotmail.com

² Graduação em Medicina, Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA, Brasil. thaisrgarcia13@hotmail.com

³ Graduação em Medicina, Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA, Brasil. miguelcarlosac@hotmail.com

⁴ Docente do curso de Medicina, Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA, Brasil. jalsitacon@gmail.com

meio acadêmico podem resultar na omissão de refeições, noites sem dormir e estresse elevado. Além disso, horas sentados durante as aulas, o tempo utilizando computador e a grande ocupação do tempo por atividades relacionadas a universidade interferem negativamente na prática de atividade física facilitando o excesso de peso e outros fatores de risco cardiovascular nesse grupo (GADDE et al., 2018).

Em consonância, há uma necessidade de investigação nesse grupo visto que é importante considerar também um maior número de matrículas na educação superior. O estudante universitário, cada vez mais envolvido na rotina de estudos e na correria do dia a dia, acaba se “esquecendo” de praticar atividades físicas e de se alimentar corretamente. O sobrepeso e, principalmente, a obesidade, implicam elevada morbimortalidade, já que favorecem a ocorrência de outras doenças como: diabetes mellitus, dislipidemia, hipertensão arterial, doenças cardiovasculares, artropatia degenerativa, câncer e outras que interferem na rotina de vida (WHO, 2000; CRUZ et al., 2021a).

A ocorrência dessas doenças tem crescido muito na população jovem e representam a principal causa de morbimortalidade no Brasil e no mundo (CRUZ et al., 2021b). Este cenário epidemiológico preocupa por implicar em diminuição da qualidade de vida, além de elevar os custos nos gastos públicos relacionados ao tratamento da doença e de suas comorbidades para o governo, sociedade, família e os próprios indivíduos (SILVA et al., 2021).

2. Objetivo

Analisar a correlação entre os hábitos de vida com a composição corporal dos estudantes do ciclo clínico (5º ao 8º período) de medicina da UniEvangélica e investigar a frequência de hábitos ruins entre esses estudantes, de modo a avaliar a interação entre a rotina acadêmica dos universitários e os fatores relacionados ao perfil nutricional e outros riscos para doenças crônicas não-transmissíveis.

3. Método

Trata-se de um estudo epidemiológico observacional, em corte transversal, de base populacional constituída por estudantes de medicina do ciclo clínico, do Centro Universitário de Anápolis – UniEVANGÉLICA. Esse projeto de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CAAE: 35109420.2.0000.5076). Os critérios de inclusão foram: ser estudante de medicina do ciclo clínico, regularmente matriculado na UniEVANGÉLICA, ambos os sexos, ser maior de idade, compreender e concordar em participar da pesquisa, assinar o Termo de Consentimento Livre e

Esclarecido (TCLE), permitir a coleta dos dados e avaliações propostas pelo estudo. Os critérios de exclusão foram: aqueles que não se enquadram nos critérios descritos acima, além de mulheres grávidas ou lactantes, estudantes de outros cursos, funcionários ou outros colaboradores da UniEVANGÉLICA e pessoas que apresentam alterações corporais como amputações ou uso de próteses.

Para realização da pesquisa, utilizou-se um questionário padronizado seguindo os pressupostos do modelo Indicadores de Saúde e Qualidade de Vida de Acadêmicos (ISAQ-A), proposto por Sousa et al. (2013), que apresenta características satisfatórias de aplicabilidade, validade e reprodutibilidade, para o uso em pesquisas com estudantes universitários brasileiros. Desse modo, todas as informações colhidas foram tabuladas em planilhas do Excel[®] e estão sendo submetidas a cálculos estatísticos para avaliarmos todas as variáveis analisadas durante o estudo.

4. Resultados

De acordo com a execução da metodologia subjacente, observa-se que os objetivos iniciais foram alcançados. Com base em diversos artigos acerca do estilo e hábitos de vida dos universitários, conclui-se que os alunos do curso de medicina, apesar de terem um bom conhecimento sobre os princípios de uma alimentação equilibrada, têm atitudes que não correspondem a este conhecimento. Dentre essa população, observa-se ainda que os acadêmicos do ciclo clínico, que corresponde o 5º ao 8º período da graduação médica, são mais propícios a desenvolver hábitos de vida prejudiciais à saúde. Ao todo foram avaliados 33 alunos do curso de medicina do ciclo clínico da UniEVANGÉLICA. Dentre os 33 questionários, 26 foram respondidos por estudantes do sexo feminino e 7 foram respondidos por estudantes de medicina do sexo masculino. A média da faixa etária dos estudantes foi de 21 anos de idade.

Para efeito de cálculo estatístico, pretendemos comparar os dados encontrados nessa pesquisa com os resultados obtidos no estudo da minha colega de pesquisa Thaís Ribeiro Garcia, a qual avaliou a composição corporal de 104 acadêmicos do ciclo básico (1º ao 4º período) de medicina da UniEVANGÉLICA, e assim poderemos analisar a diferença entre os hábitos de vida dos estudantes do ciclo básico e ciclo clínico e sua influência no desenvolvimento de hábitos ruins. Além disso, outro dado consideravelmente relevante observado na análise dos questionários foi a necessidade de emigração dos estudantes de sua cidade de origem para cursar medicina. Dentre a amostra de 33 acadêmicos, 26 estudantes mudaram de cidade por conta da graduação, o que interfere diretamente nos hábitos de vida, principalmente no fator alimentação. Esses achados

poderão ser confirmados a partir das análises estatísticas dos dados obtidos nos questionários dos acadêmicos de medicina da UniEVANGÉLICA de nossa pesquisa, os quais ainda se encontram em fase final de análises estatísticas.

5. Conclusão

Como as análises estatísticas estão atualmente em fase de desenvolvimento, ainda não foi possível chegar a uma conclusão palpável acerca dos hábitos alimentares e composição corporal dos estudantes do ciclo clínico (5º ao 8º período) de medicina da UniEvangélica. No entanto, os demais objetivos foram alcançados e, a partir dos estudos, salienta-se que os hábitos dos estudantes, intrínsecos a rotina de aulas, provas e projetos, são fatores que influenciam diretamente o desencadeamento de futuras DCNT's como a hipertensão arterial e suas comorbidades associadas. Além do mais, foi possível hierarquizar as razões desencadeadoras dessa realidade, como estresse, falta de tempo, problemas emocionais, poucas horas de sono, exaustão e distância da família.

Referências

- ABESO. Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica Diretrizes brasileiras de obesidade, 2016. ABESO - Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica. 4a. ed. São Paulo, SP, 2016.
- CRUZ, M. C. A.; CARDOSO, E. F.; GARCIA, T. R.; MACEDO, R. M.; ARRUDA, J. T. Impacto das emoções no desempenho acadêmico e na qualidade de vida dos estudantes de Medicina. *Research, Society and Development*, [S. l.], v. 10, n. 11, p. e216101119412, 2021a. DOI: 10.33448/rsd-v10i11.19412.
- CRUZ, M. C. A.; GARCIA, T. R.; MACEDO, R. M.; FREITAS, Y. J. F.; BORGES, N. M. P.; SILVA, A. C. S. P.; SILVA, M. L.; ARRUDA, J. T. Influência na qualidade de vida dos estudantes de Medicina relacionadas a má alimentação e sono. *Research, Society and Development*, [S. l.], v. 10, n. 2, p. e23710212393, 2021. DOI: 10.33448/rsd-v10i2.12393.
- GADDE, K.M.; et al. Obesity: pathophysiology and management. *Journal of the American College of Cardiology*, v. 71, n. 1, p. 69-84, 2018.
- PETRIBÚ, M.M.V.; et al. Estado nutricional, consumo alimentar e risco cardiovascular: um estudo em universitários. *Revista de Nutrição*, v. 22, n. 6, p. 837-846, 2009.
- SILVA, M. L.; SILVA, M. L.; SILVA, A. C. S. P.; FREITAS, Y. J. F.; BORGES, N. M. P.; CRUZ, M. C. A.; MORI, A. S.; MACEDO, R. M.; GARCIA, T. R.; ARRUDA, J. T. Condições que interferem na qualidade de vida do estudante de Medicina. *Research, Society and Development*, [S. l.], v. 9, n. 11, p. e2469119640, 2020. DOI: 10.33448/rsd-v9i11.9640.
- WHO - World Health Organization. Obesity: preventing and managing the global epidemic. World Health Organization, 2000. Disponível em: file:///C:/Users/CAROL/Downloads/WHO_TRS_894.pdf. Acesso em: 25 jan. 2019.