

Avaliação do estado nutricional e sua associação com os hábitos de vida dos servidores da Faculdade de Ciências Aplicadas (FCA) da Unicamp

Adriana A. Tanaka (IC), Camila V. Santos (IC), Mayara F. Amadi (IC), Larissa A. O. Santos (IC), Ana Carolina J. Vasques (PQ).

Resumo

Avaliar o estado nutricional da população é necessário para elaborar estratégias de intervenção contra o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis, assim como estimular a adoção de hábitos de vida e práticas alimentares mais saudáveis.

Palavras Chave: Estado nutricional, Hábitos de vida, Avaliação nutricional.

Introdução

O perfil nutricional da população brasileira vem sofrendo constantes mudanças. Em 2014, cerca de 53% da população adulta apresentava excesso de peso, enquanto que em 2006 a prevalência era de 43%.¹ Dietas desbalanceadas e ricas em calorias, associadas aos maus hábitos de vida, em longo prazo, podem favorecer o aparecimento de obesidade e suas complicações, como o diabetes tipo 2 e as doenças cardiovasculares.² Objetivou-se avaliar o perfil nutricional e sua associação com os hábitos de vida dos servidores docentes e não docentes da FCA da Unicamp.

Resultados e Discussão

Todos os 132 servidores foram convidados a participar de uma avaliação nutricional contendo questões sobre hábitos de vida, consumo alimentar e coleta de dados antropométricos e triagem glicêmica. Foram avaliados 68 voluntários, sendo 50 mulheres. Desse total, 24 voluntários eram do serviço de alimentação, 19 docentes, 17 funcionários administrativos e 8 do serviço de limpeza.

Tabela 1 – Comparação entre as médias de idade, IMC e circunferência da cintura (CC) entre os sexos.

	Sexo		p
	Homens	Mulheres	
Idade (anos)	41 ± 11	40 ± 11	1,000
IMC (kg/m ²)	27,8 ± 5,6	30,0 ± 6,6	0,107
CC (cm)	98,2 ± 16,4	97,6 ± 16,5	0,770

Cerca de 20,6% eram eutróficos (IMC 18,5 – 24,9 kg/m²); 17,6% estavam com excesso de peso simples (IMC ≥ 25 kg/m² e CC normal); e 61,8% com excesso de peso combinado (IMC ≥ 25 kg/m² e CC aumentada). Houve associação significativa

entre estado nutricional e tipo de ocupação (p = 0,008). Em ordem decrescente, as ocupações que tiveram maior frequência de excesso de peso combinado foram: serviço de alimentação (83,3%), de limpeza (62,5%), administrativo (58,8%) e docentes (36,8%). Em contraste, as variáveis estado civil, atividade física, tabagismo, etilismo e sonolência diurna não tiveram diferenças entre os três grupos, mas diferiram entre os grupos eutróficos vs excesso de peso (p < 0,05). Houve tendência ao maior consumo de refrigerante pelo grupo com excesso de peso combinado (p = 0,054) comparado aos demais. Frente aos dados nacionais, a amostra avaliada apresenta frequências superiores de excesso de peso, provavelmente pela maior adesão ao projeto por aqueles em situação de risco nutricional.¹

Conclusões

O excesso de peso esteve mais acentuado nas classes sociais menos favorecidas e sua associação com hábitos de vida e alimentares inadequados podem explicar sua etiologia multifatorial. Cabe aos profissionais de saúde, às entidades da categoria e aos governantes o desenvolvimento de estratégias eficazes e de longo prazo para combater o ambiente obesogênico atual e melhorar a qualidade de vida da população.

Agradecimentos

Aos servidores docentes e não docentes que se voluntariaram para o projeto e ao Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica – PIBIC (Processo: 118600/2014-1).

¹ Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Vigilância de Doenças e Agravos não Transmissíveis e Promoção da Saúde. *Vigilante Brasil 2014: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico* – Brasília: Ministério da Saúde, 2015.

² OLIVEIRA, R. C. A transição nutricional no contexto da transição e epidemiológica. *Revista do Ministério da Saúde Pública*, v. 3, n. 5, p. 16-23, jul./dez. 2004.