



Esalq avalia nível nutricional de alunos

Percentual de estudantes magros é maior que o esperado; consumo de álcool e tabaco é elevado

Da Redação

A Esalq (Escola Superior de Agricultura Luiz de Queiroz) desenvolveu um es-

tudo para avaliar o consumo alimentar dos estudantes universitários e o grau de nutrição dos produtos ingeridos. O resultado possibilitou saber que os alunos estão mais magros — a proporção de indivíduos com baixo peso foi maior do que a frequência esperada — e que o índice de tabagismo e consumo de álcool entre os universitários é elevado.

O trabalho foi realizado ao longo de 2014 por Francini Rossetti, nutricionista e mestre em Ciência e Tecnologia de Alimentos. A pesquisa foi realizada em duas etapas, sendo a primeira quantitativa, com uma análise no estilo de vida e consumo alimentar de 113 estudantes ingressantes. A segunda, qualitativa, para avaliar a percepção de segurança alimentar e

nutricional realizada com 31 estudantes do 1º ao 5º ano.

O estudo identificou que 10,6% dos indivíduos estão abaixo do peso, 13,3% têm sobrepeso e 4,4% são obesos. A proporção de indivíduos com baixo peso foi maior do que a frequência esperada — de 5%, valor compatível com a média de indivíduos magros na população. O estudo apurou também que o ín-

dice de tabagismo e consumo de álcool é elevado e que a maioria dos universitários não pratica nenhuma atividade física.

A pesquisa que teve orientação da professora Marina Vieira da Silva, do Departamento de Agroindústria, Alimentos e Nutrição, poderá auxiliar no planejamento e desenvolvimento de ações sustentáveis de promoção e proteção

à saúde dos estudantes, com foco nos hábitos e estilo de vida desses alunos dentro do Campus. “Estas medidas deverão promover o consumo consciente de alimentos e prática de atividade física, o combate ao tabagismo e ao consumo excessivo de bebidas alcoólicas. As ações devem ser acompanhadas por um pacote de iniciativas”, disse Rossetti.