

AVALIAÇÃO DO ESTADO NUTRICIONAL E DOS HÁBITOS ALIMENTARES DE PROFESSORES DE UMA UNIVERSIDADE DE CURITIBA-PR

Larissa Cristina Cassilha Vellasques (UNIVERSIDADE TUIUTI DO PARANÁ),
Telma De Souza E Silva Gebara (UNIVERSIDADE TUIUTI DO PARANÁ), Aline
Vaccari Da Silva Maier (UNIVERSIDADE TUIUTI DO PARANÁ), Andrea Tarzia
(UNIVERSIDADE TUIUTI DO PARANÁ), Patrícia Vitória Olmedo
(UNIVERSIDADE TUIUTI DO PARANÁ); E-mail: alinevaccaridasilva@gmail.com

A atividade profissional do professor universitário caracteriza-se por longas jornadas de trabalho e por vezes, mais de um vínculo empregatício. Essa característica da classe, pode causar reflexo negativo sobre seus hábitos alimentares e conseqüentemente, sobre sua saúde. O objetivo do presente trabalho foi classificar, a partir de dados antropométricos e dietéticos, o estado nutricional de docentes de uma universidade privada de Curitiba-PR. Os pesquisados responderam um questionário de frequência alimentar-QFCA adaptado, composto por perguntas abertas e fechadas, com informações antropométricas (peso e estatura), socioeconômicas, sobre hábitos de vida, histórico atual e familiar de doenças e carga horária de trabalho. Participaram do estudo 51 professores de ambos os sexos, 63 % (n=32) mulheres, com idade média de 42 anos (DP=11,13). Os docentes pesquisados cumpriam carga horária média de trabalho de 9 horas diárias (DP=2,38), realizavam até 4 refeições ao dia (DP=1,31), e dormiam em média 7 horas por noite (DP=1,17). Relacionado ao estado civil dos entrevistados, observou-se que 53 % (n=27) eram casados, 35 % (n=18) solteiros, 10 % (n=5) divorciados, 2 % (n=1) viúvos. Os fatores de risco para doenças crônicas declaradas foram: presença de tabagismo 14%, ingestão de bebidas alcólicas 22 % e sedentarismo 47 %. No que se refere à presença de doenças crônicas, 41 % (21) professores declararam ser portadores de pelo menos uma entre diabetes mellitus, hipertensão arterial, dislipidemia, obesidade ou doença cardiovascular. Relacionado ao consumo alimentar, observou-se que 84 % (n=43) declararam ingerir carnes e 78 % (n=40), leites e derivados diariamente, e sobre alimentos fontes de vitaminas, minerais e fibras, 61 % consumia diariamente frutas ou sucos naturais e 84 %, verduras e legumes. Referente ao consumo de alimentos fontes de carboidratos simples, dentre os pesquisados 35 % consumia à diário, arroz e macarrão, e 75 % (n=38) pães e biscoitos. Aproximadamente

metade dos pesquisados encontram-se eutróficos, havendo sido observada a classificação de obesidade e sobrepeso entre aqueles com idade mais elevada. Houve entre os pesquisados um regular controle sobre o número de refeições diárias, e foi percebida a presença de alimentos variados, apesar de haver sido observada a incidência de alimentação fora de casa favorecendo o consumo de alimentos considerados pouco saudáveis. Torna-se necessária a promoção de ações de educação alimentar pautadas em orientações voltadas à adequação dos hábitos alimentares, na intenção de aumentar a qualidade de vida e melhor controle da saúde entre professores universitários.

.Palavras-chave: professor universitário, diagnóstico nutricional, alimentação