

## PERCEPÇÃO ACERCA DO CONSUMO DE PRODUTOS HORTIFRUTÍCOLAS PELOS ACADÊMICOS DA UFFS – CAMPUS CERRO LARGO

VANESSA LUIZA LANGER<sup>1,2\*</sup>, GABRIELA CULAO<sup>1,3</sup>, DÉBORA BETEMPS<sup>1,4</sup>

<sup>1</sup>Universidade Federal da Fronteira Sul, *campus* Cerro Largo; <sup>2</sup>Bolsista de iniciação científica/Edital nº 317/UFFS/2015- BOLSAS DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA- PROBIC/FAPERGS; <sup>3</sup>Discente do curso de Agronomia Bacharelado <sup>4</sup>Doutora em fruticultura. Professora, orientadora do projeto

\*Autor para correspondência: Vanessa Luiza Langer (vanessalanger2@hotmail.com)

### 1 Introdução

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) são responsáveis por cerca de 60% do total de mortes relatadas no mundo e 46% da carga total de doenças que atinge a população mundial (OPAS, 2003; MUNIZ et al., 2013). Os principais fatores de risco para a saúde encontrados no Brasil podem ser atribuídos aos seguintes aspectos: os níveis de atividade física no lazer na população adulta são baixos (15%), apenas 18,2% consomem cinco porções de frutas e hortaliças em cinco ou mais dias por semana, 34% consomem alimentos com elevado teor de gordura e 28% consomem refrigerantes, cinco ou mais dias por semana, o que contribui para o aumento da prevalência de excesso de peso e obesidade, que atingem 48% e 14% dos adultos, respectivamente (BRASIL, 2011). Segundo Ramalho et al. (2012), o consumo de frutas e hortaliças é uma prioridade mundial para a melhoria da saúde da população, devido ao efeito protetor para doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) e na manutenção do peso corporal. Trabalhos realizados mostram que os jovens não consomem o necessário de frutas e hortaliças, e um dos fatores atribuídos está relacionado ao ingresso dos mesmos na vida acadêmica ocorrido pela interferência principalmente da mudança de rotina, trazendo sérias implicações no comportamento alimentar no decorrer da vida adulta. Além disso o consumo de frutas e hortaliças por estudantes universitários têm sido investigados no Brasil e em outros países. A Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS) - *Campus* Cerro Largo está inserida em um município de forte produção agrícola sendo a maioria dos seus alunos filhos de produtores rurais e muitos deles migram de cidades vizinhas para cursar a vida acadêmica, criando assim novos hábitos ali-

mentares, diferentes aos que estavam acostumados no meio familiar tornando-se este o eixo investigativo deste trabalho

## 2 Objetivos

- Analisar a percepção acerca do consumo de produtos hortifrutícolas pelos acadêmicos da UFFS- *Campus* Cerro Largo, RS.
- Identificar a frequência diária e semanal do consumo e aquisição de frutas e verduras por parte doas acadêmicos;
- Identificar quais as frutas e verduras mais consumidas e preferidas pelos acadêmicos;
- Analisar o perfil dos acadêmicos com relação a percepção do consumo de frutas e verduras.

## 3 Metodologia

As atividades do presente trabalho desenvolveram-se dentro do espaço físico da Universidade Federal da Fronteira Sul- *Campus* Cerro Largo-RS, localizado na região noroeste do estado do Rio Grande do Sul – Brasil.

A UFFS - *Campus* Cerro Largo constou, no primeiro semestre do ano de 2016, com um número de 1.269 alunos regularmente matriculados e ativos nos diferentes cursos que este *Campus* oferece.

Participaram deste estudo alunos matriculados nos diferentes cursos do campus, regularmente no período 2016-02 a 2017-01, com 18 anos ou maiores, de ambos os sexos e que voluntariamente manifestaram interesse em participar do estudo após os esclarecimentos.

O instrumento de avaliação utilizado como levantamento de dados foi a aplicação de um questionário semi-estruturado com questões quanti-qualitativas, utilizando metodologia adaptada de Feitosa et al. (2010).

O trabalho foi submetido à avaliação do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Federal da Fronteira Sul, sendo aprovada a sua execução. A pesquisa realizou-se em dois locais da instituição, sendo eles: em sala de aula, em períodos agendados com os professores e no saguão do *Campus* Universitário, perfazendo os três turnos de funcionamento da Universidade.

Os dados foram organizados e tabulados em planilhas, onde realizou-se tabelas de frequência absoluta e relativa e medidas como média e desvio padrão.

#### **4 Resultados e Discussão**

A pesquisa englobou 609 estudantes nos diferentes cursos do campus. Com relação a gênero, a participação feminina foi de 57% enquanto a masculina representou 42% dos entrevistados. A idade média dos participantes variaram entre 18 a 67 anos, os quais encontram-se distribuídos do segundo ao décimo semestre. Observou-se que 352 acadêmicos da Universidade abordados neste estudo não residem em Cerro Largo, sendo oriundos de cidades vizinhas e vivem longe do convívio de Pais ou familiares, por outro lado, 253 acadêmicos afirmam morar juntamente com a família. Os resultados referentes à ingestão de porções de frutas e hortaliças ao dia demonstram que a maioria dos entrevistados, consome uma porção diária perfazendo 51% dos estudantes, apenas 1,4% consomem a recomendação da OMS, que é de pelo menos 400g porções ao dia. Referente a frequência de consumo de frutas 53,3% dos entrevistados relataram que consomem duas a três vezes frutas durante a semana e em relação ao consumo de hortaliças, o valor encontrado foi de 44,1% consomem em todos os dias da semana.

Dentre as frutas e hortaliças citadas pelos acadêmicos, mostrou-se 29 variedades, sendo mais consumidos pelos acadêmicos banana, maçã, laranja, a alface, o repolho e o tomate.

Com relação à procedência dos alimentos consumidos, estes são principalmente advindos do comércio local, seguido pela busca na casa dos familiares (oriundo de hortas ou pomares domésticos) e por fim, ingeridos conforme a disponibilidade ou oferta do Restaurante Universitário. No caso da compra destes produtos, foi apurado que o número de vezes por semana em que os acadêmicos se deslocam para fazer a compra é de 1,16 vezes, com gasto médio de R\$ 13,67 reais por semana.

Ao serem indagados quais motivos os levam a ingerir frutas e hortaliças, 53% dos acadêmicos relataram que está a preocupação com a saúde e 67,8% afirmam que consomem por serem saborosas ou não pensam neste assunto. Foram observados que 91% dos alunos adquiriram hábito de consumo com os seus familiares. A importância do aumento da ingestão destes alimentos foi um aspecto relatado por 86% dos acadêmicos.

Dentre os atributos de qualidade, o principal observado é a aparência (413 dos participantes). Sendo a preferência de consumo por produtos orgânicos é de 57% dos participantes. Porém apenas 53% dos acadêmicos se preocupam com os benefícios do consumo de frutas e

hortaliças, já o interesse em ingerir mais alimentos está em 77% participantes (317 estudantes).

Os resultados apresentados mostram ser importante considerar que nas universidades nos deparamos com o excesso de atividades acadêmicas, induzindo os acadêmicos a realizarem as refeições fora de casa, o que leva ao consumo em estabelecimento comerciais. Consequentemente tem-se o consumo de lanches rápidos com baixo valor nutritivo e altamente calórico. Além disso os acadêmicos não apresentam o costume de trazer lanches de casa induzindo ao consumo de alimento calóricos, ou seja, acarretando em um hábito alimentar prejudicial à saúde, podendo causar carências nutricionais pela alimentação inadequada.

## 5 Conclusão

Analisando o consumo e a compra dos acadêmicos da UFFS – Campus Cerro Largo/RS, em relação às frutas e hortaliças, obteve-se a percepção de um baixo consumo dos alimentos. No qual a ingestão de 400g diariamente conforme a recomendação da OMS que equivale a cinco porções sendo é consumida por menos de 2% dos acadêmicos.

Portanto pela preocupação dos acadêmicos com a saúde, e na busca por mais conhecimentos sobre a ingestão de frutas e hortaliças são necessários a conscientização e o reconhecimento da importância de uma alimentação saudável com a realização de programas de educação alimentar no ambiente universitário e eventos que valorizem práticas saudáveis de vida, visando fomentar uma qualidade de vida futura.

**Palavras chave:** Ingestão de frutas e verduras; Universitários, Consumo, Comportamento Alimentar.

## Fonte de Financiamento

PIBIC – FAPERGS

## Referências

OMS. **Cuidados inovadores para condições crônicas: componentes estruturais de ação: relatório mundial / Organização Mundial da Saúde** – Brasília, 2003. Disponível em: <[http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/42500/2/WHO\\_NMC\\_CCH\\_02.01\\_por.pdf](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/42500/2/WHO_NMC_CCH_02.01_por.pdf)>.

Acesso em: 12/04/2016.

RAMALHO A. A. et al. **Consumo regular de frutas e hortaliças por estudantes universitários em Rio Branco, Acre, Brasil: prevalência e fatores associados.** Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, 28(7):1405-1413, jul, 2012. Disponível em:<<http://www.scielo.org/pdf/csp/v28n7/18.pdf>>. Acesso em: 19/04/2016.

OPAS, Organização Pan-Americana da Saúde. **Doenças crônico degenerativas e obesidade: Estratégia mundial sobre alimentação saudável, atividade física e saúde.** Brasília: OPAS; 2003.

FEITOSA, E. P. S.; DANTAS, C. A. O.; ANDRADE'-WARTHA, E. R. S.; MARCELLINI, P. S.; MENDES-NETTO, R. S.; **HÁBITOS ALIMENTARES DE ESTUDANTES DE UMA UNIVERSIDADE PÚBLICA NO NORDESTE, BRASIL**, v. 21, n. 2, p. 225-230, abr/jun. 2010.