



DIFICULDADES DE ADULTOS E IDOSOS PARA ADEÇÃO À ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Janaina Ribeiro França (apresentadora)¹

Jéssica Pasquali Kasperavicius¹, Gustavo Olszanski Acrani², Regina Inês Kunz²,
Ivana Loraine Lindemann²

Resumo: A alimentação saudável é primordial para a manutenção da saúde e do bem estar, sendo sua ausência relacionada a distúrbios metabólicos. Devido à intensa rotina diária das pessoas, grande parcela apresenta dificuldades em manter uma alimentação saudável. Este trabalho teve como objetivo avaliar a autopercepção da alimentação e a dificuldade para manter uma alimentação saudável, além de hábitos que acompanham as refeições, como o uso de aparelhos eletrônicos. Foi realizado um estudo transversal no Ambulatório da Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS). Os dados foram coletados no mês de maio de 2019, por estudantes do Curso de Medicina, previamente treinados, por meio da aplicação de questionário a adultos e idosos que aguardavam atendimento médico no serviço. Após dupla digitação e validação, foi realizada estatística descritiva. O protocolo do estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da UFFS – Parecer nº 3.219.633. A amostra foi constituída de 60 pacientes, dos quais 8,3% consideravam sua alimentação excelente, 58,3% boa, 28,3% regular, e apenas 5% ruim. Os resultados demonstraram ainda que 83,3% referiram não apresentar dificuldades para manter uma alimentação saudável. Observou-se também que 35% costumavam utilizar celular, computador ou assistir TV durante as refeições. Quanto ao perfil socioeconômico, observou-se 63,3% de mulheres, 67,8% entre 20 e 59 anos, 75% com cor da pele branca, 56,7% de aposentados ou que não exercem atividade remunerada, cerca de 60% que não completaram o ensino médio e apenas 10% com curso superior. A falta de tempo e as dificuldades financeiras dificultam a manutenção de hábitos de vida saudáveis, segundo alguns entrevistados. Contudo, apesar do pouco tempo disponível para manter uma alimentação de qualidade e que dificuldades financeiras podem ser um dos desafios constantes, é necessário que seja presente na vida dos cidadãos. É importante que os profissionais da saúde saibam orientar quanto aos hábitos alimentares, a fim de atuar na promoção de saúde e na qualidade de vida dos pacientes.

Palavras-chave: Alimentação. Dieta saudável. Comportamento alimentar.

¹ Acadêmicas de medicina da Universidade Federal da Fronteira Sul, *campus* Passo Fundo, janahh1994@hotmail.com, jessicapasqualik@gmail.com

² Doutores, docente da Universidade Federal da Fronteira Sul, *campus* Passo Fundo, ivana.lindemann@uffs.edu.br, gustavo.acrani@uffs.edu.br, regina.kunz@uffs.edu.br



Anais do SEPE – Seminário de Ensino, Pesquisa e Extensão
Vol. IX (2019) – ISSN 2317-7489



Categoria: UFFS - Pesquisa

Área do Conhecimento: Ciências da Saúde

Formato: Comunicação Oral