



AVALIAÇÃO DO ESTADO NUTRICIONAL E DO CONSUMO ALIMENTAR DE MULHERES COM IDADE ENTRE 30 A 59 ANOS ATENDIDAS EM UMA CLÍNICA ESCOLA DE NUTRIÇÃO

Thaiane da Silva Rios (apresentadora)¹
Franciele A. de Oliveira Camara¹
Amanda Fujita¹
Daniela Denize Klein¹
Ana Lia Salbego Rutkankis¹
Jeferson Alencar Carlini¹
Mariana Pawlak¹
Késia Zanuzo²
Eloá Angélica Koehnlein³
Márcia Fernandes Nishiyama³

Categoria: Pesquisa⁴

Resumo: A transição nutricional provocou grandes mudanças no consumo alimentar da população, no qual observa-se um aumento expressivo no consumo de alimentos ultraprocessados, ricos em gorduras, açúcares e sódio, enquanto há uma ingestão insuficiente de alimentos in natura, como frutas, legumes e verduras (FLV), sendo estes últimos, fontes importantes de micronutrientes, fibras e antioxidantes. Concomitantemente a esta transição, observou-se uma modificação do estado nutricional (EN) dos indivíduos, em que aumentou-se a incidência e prevalência das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), como a obesidade, doenças cardiovasculares (DCV), diabetes *mellitus* (DM) e hipertensão arterial sistêmica (HAS). Diante do exposto, este trabalho teve como objetivo avaliar o estado nutricional e o consumo alimentar de mulheres atendidas em uma Clínica Escola de Nutrição. Foram coletados dados socioeconômicos, clínicos, consumo alimentar e antropométricos, através de anamneses. A classificação do Índice de Massa Corporal (IMC), foi realizada conforme a Organização Mundial de Saúde (OMS, 1997). Para o percentual de gordura corporal utilizou-se o método da soma das pregas cutâneas de Durnin e Womersley (1974) e classificou-se conforme Lohman (1992). A classificação da circunferência da cintura (CC) e da Relação Cintura-Quadril (RCQ), realizou-se

¹ Acadêmica do Curso de Nutrição, Universidade Federal da Fronteira Sul, Realeza, contato: thaiane_rios2@hotmail.com

² Responsável Técnica da Clínica Escola de Nutrição, Universidade Federal da Fronteira Sul, Realeza, contato: kesia.zanuzo@uffs.edu.br

³ Docente do Curso de Nutrição, Universidade Federal da Fronteira Sul, Realeza, contato: marcia.nishiyama@uffs.edu.br

⁴ Formato: Comunicação oral

conforme a OMS (1998). O consumo alimentar foi avaliado conforme o Recordatório de 24 horas para as FLV e classificado conforme a OMS (2003); já o consumo de arroz e feijão foram avaliados a partir do Questionário de Frequência Alimentar (QFA). A prática de atividade física foi classificada de acordo com a OMS (2010). Selecionou-se 25 pacientes do sexo feminino com idade entre 30 a 59 anos, atendidas no primeiro semestre de 2017. A maioria era casada (68%), 48% delas possuíam ensino superior completo e uma renda média de R\$ 3.436,12. Após a avaliação do EN, observou-se que: 28% eram eutróficas, 36% apresentavam sobrepeso, 20% obesidade grau I, 12% obesidade grau II e 4% obesidade grau III. Quanto o percentual de gordura corporal, avaliou-se que 21 pacientes que tiveram todas as pregas cutâneas coletadas, obteve-se os seguintes resultados: 81% apresentavam risco de doenças associadas a obesidade e 19% estavam acima da média. Em relação a CC, 68% apresentavam risco para DCV. Referente à RCQ foi possível observar que: 21% apresentavam um baixo risco para desenvolvimento de DCV, 29% risco moderado, 25% risco alto e 25% risco muito alto. Em relação às patologias, 20% possuíam HAS e 28% hipercolesterolemia. Quanto ao consumo alimentar, 92% consumiam FLV inferior ao recomendado pela OMS ($\geq 400\text{g}/\text{dia}$). No que se refere ao consumo de arroz e feijão, 80% e 52%, respectivamente, relataram consumir todos os dias. Referente à prática de atividade física, 60% eram sedentárias. Desta forma, verificou-se que a maioria das mulheres estavam acima do peso (sobrepeso e até mesmo obesidade em diferentes graus), com patologias associadas e apresentavam risco para o desenvolvimento de DCV, com um baixo consumo de FLV e inativas fisicamente.

Palavras-chave: Mulheres adultas. Consumo alimentar. Estado nutricional. Doenças Crônicas Não Transmissíveis.