



**SEFIC2017**  
**UNILASALLE**

**A PESQUISA E O**  
**RESPEITO À DIVERSIDADE**

16 A 20 DE OUTUBRO DE 2017

ISSN 1983-6783

## **ASSOCIAÇÃO ENTRE O CONSUMO ALIMENTAR DE GORDURAS E MEDIDAS ANTROPOMÉTRICAS DE ADOLESCENTES DE UMA ESCOLA NA REGIÃO METROPOLITANA DE PORTO ALEGRE**

Franciéle Gomes da Silva, Fernanda Miraglia (orientador)  
Universidade LaSalle

**Área Temática:** Ciências Médicas e da Saúde.

**Resumo:** A adolescência é uma etapa do desenvolvimento humano caracterizada como período crítico para o desenvolvimento do excesso de peso, já que muitas vezes a falta de exercícios físicos e a alimentação inadequada se fazem presentes nesse ciclo da vida. O consumo frequente de lanches hipercalóricos, carboidratos simples, gorduras saturadas e trans nessa fase contribuem para o surgimento de doenças crônicas na idade adulta. Objetivos: descrever o consumo alimentar e correlacionar o estado nutricional com a ingestão de gorduras de adolescentes de ambos os sexos, estudantes de uma escola privada. Métodos: Foi realizado um estudo transversal que incluiu adolescentes (12 a 14 anos) de ambos os sexos, estudantes do 6º e 7º anos de uma escola privada de Porto Alegre no Rio Grande do Sul. O projeto foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade LaSalle (CAAE: 34803214.1.0000.5307). Os dados foram coletados através da avaliação antropométrica (peso, estatura, índice de massa corporal e circunferência da cintura) e de questionários de frequência alimentar e de avaliação do risco cardiovascular. As análises foram processadas usando o programa estatístico SPSS versão 21.0 e o nível de significância adotado foi de 5%. Resultados: Foram incluídos 154 adolescentes, sendo que 50,9% eram do sexo feminino e 30,5% apresentaram sobrepeso. Com relação ao consumo de gorduras 61% apresentaram um consumo adequado e 25,2% um consumo excessivo. A avaliação da associação entre o índice de massa corporal e o consumo total de gordura mostrou uma forte correlação ( $r_s = 0,7(p = 0,037)$ ), sendo possível observar que a circunferência da cintura e o consumo total de gordura também demonstraram uma forte correlação ( $r_s = 0,964(p = 0,004)$ ). Considerações finais: Esse estudo demonstrou que quase metade dos escolares apresentaram excesso de peso e mesmo existindo o hábito de consumir frutas e hortaliças isso ocorre em uma baixa frequência. A amostra também apresentou uma forte correlação entre consumo de gorduras com os dados antropométricos e um consumo elevado de lanches em substituição à refeição de sal, contribuindo para uma dieta aterogênica.

**Palavras-Chave:** Adolescentes, consumo alimentar, estado nutricional.