



HÁBITOS ALIMENTARES E ESTADO NUTRICIONAL DE USUÁRIOS DA UNIDADE DE SAÚDE DE SÃO JOÃO DO OESTE - SC.¹

Fabiola Maldaner², Maristela Borin Busnello³. UNIJUI

No país tem se observado um aumento das doenças crônico- degenerativas. Estes problemas podem ser prevenidos e tratados por meio de uma abordagem dietética. A prevenção para estas doenças é de fundamental importância, pois a medida que a população vai envelhecendo, as doenças tendem a aumentar. Destacam-se assim os estudos que avaliam as características do estado nutricional e a dieta da população. O objetivo deste estudo foi caracterizar hábitos alimentares e o estado nutricional da população que frequenta a Unidade de Saúde de São João do Oeste/SC. Este estudo é do tipo quantitativo, descritivo, quando foram entrevistadas no mês de agosto 101 pessoas que buscaram atendimento junto a unidade de saúde. Para a participação no estudo foram considerados os indivíduos adultos capazes de responder a entrevista, que concordaram com a pesquisa e assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido. Na entrevista foram coletados os dados de circunferência da cintura, peso e estatura para cálculo do IMC e aplicado questionário sobre hábitos alimentares. As variáveis de estudo foram analisadas de forma descritiva por meio de médias, desvio padrão, valores mínimos, máximos e medianas. O protocolo de pesquisa foi avaliado e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Unijuí, sob o parecer substanciado N° 076/2008. Os resultados apontam que, quanto aos dados antropométricos, 61,4% dos entrevistados apresentam risco/alto risco para doenças cardiovasculares e metabólicas, mas entre as mulheres este risco está mais presente por fatores como gestação, menopausa e falta de atividade física. No que diz respeito ao Índice de Massa Corporal (IMC), 53,4% dos entrevistados encontram-se em pré-obesidade e obesidade. Observa-se que os homens em nosso estudo apresentam IMC mais elevado que mulheres. Baseando-se no Guia Alimentar para a População Brasileira percebe-se que a ingestão de frutas e leguminosas está adequada. Já para as verduras e legumes, o consumo é menor que o esperado. Quanto as carnes, a maior parte dos entrevistados consomem mais do que o recomendado pelo Guia Alimentar. Quanto aos Carboidratos, apenas um entrevistado, referiu consumir seis porções diárias que é o recomendado pelo Guia Alimentar. No que diz respeito as gorduras, 62,4% dos entrevistados costumam tirar a gordura aparente da carne e 65,4% dos entrevistados fazem uso de leite Integral. Quanto a gordura animal, 43,6% fazem uso desta, podendo isso ser explicado, por ser a região, produtora de suínos para consumo próprio e venda. Esses dados indicam uma situação de preocupação com a saúde da população do município As informações aqui apresentadas poderão contribuir com esclarecimentos sobre a situação epidemiológica do município, pois mostram situações de risco da população onde foi realizada a pesquisa. Espera-se auxiliar o município para que esse possa intervir melhorando as práticas alimentares e o estado nutricional da população.

¹ Trabalho de conclusão do curso de graduação em Nutrição/Unijuí

² Nutricionista. Egressa do curso de Nutrição da Unijuí e autora do Trabalho de Conclusão de curso



³ Docente do Curso de Nutrição da Unijuí. Orientadora do Trabalho de conclusão do Curso