



**ALIMENTAÇÃO INADEQUADA ENTRE ESTUDANTES
UNIVERSITÁRIOS E O RISCO DE DESENVOLVIMENTO DE
DOENÇAS CRÔNICAS**

fcers
CATÓLICA DE QUIXADÁ
Formando pessoas,
transformando realidades!

ALIMENTAÇÃO INADEQUADA ENTRE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS E O RISCO DE DESENVOLVIMENTO DE DOENÇAS CRÔNICAS

Rôner Gama Ribeiro¹, Raquel de Oliveira Rabelo¹, Alyne Mara Rodrigues de Carvalho²

¹Discente do Curso de Farmácia da Faculdade Maurício de Nassau – Fortaleza

²Docente do Curso de Farmácia da Faculdade Maurício de Nassau - Fortaleza

A alimentação é uma necessidade fisiológica básica para a manutenção da vida, um direito humano, sendo também considerada um requisito essencial para a promoção e proteção da saúde. Ao longo dos anos, os hábitos alimentares vêm sofrendo modificações que refletem o modo de vida das pessoas, os padrões socioeconômicos de grande parte da população em todo o mundo. A complexidade dos modelos de consumo adotados pela sociedade atual revela fatores que estão diretamente relacionados com a qualidade de vida. São muitos os riscos de desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis em pessoas com hábitos alimentares de baixa qualidade. Este estudo objetiva revisar a literatura sobre os riscos de desenvolvimento de doenças crônicas relacionadas aos maus hábitos alimentares entre estudantes universitários. Trata-se de uma pesquisa bibliográfica, do tipo descritiva com abordagem qualitativa, baseada em artigos científicos pesquisados nas bases de dados da biblioteca virtual Scientific Electronic Library Online (SCIELO) e Google Acadêmico. Os artigos analisados totalizaram 26 estudos publicados entre os anos de 2005 e 2015, dos quais 10 foram selecionados para compor os resultados. Os descritores utilizados foram Alimentação, Universitários, Doenças crônicas, Prevenção. Foram incluídos ao final da análise somente artigos que abordaram alimentação e doenças crônicas. Resumos, teses de doutorados, dissertações de mestrado e monografias não fizeram parte desta pesquisa. A maioria dos materiais analisados revela o aumento do consumo de produtos industrializados, bem como o acelerado ritmo do dia a dia, onde os hábitos alimentares passaram a sofrer adaptações constantes, seguindo um modelo de modernidade baseado na rapidez e praticidade, recorrendo-se a alimentos do tipo *fast-food*. Os estudos ainda apontam a grande incidência de doenças crônicas não transmissíveis entre universitários como, por exemplo, doenças cardiovasculares, hipertensão, constipação intestinal, excesso de peso, diabetes, cânceres, anorexia, dentre outras. As fontes pesquisadas também demonstram como resultados a carência nutricional decorrente dos maus hábitos alimentares desta população como fator gerador de doenças crônicas relacionadas à alimentação inadequada. Em conclusão, as análises apontam para a necessidade da adoção de medidas de prevenção e promoção da saúde entre estes estudantes, fomentando o despertar de consciência para a prática de um estilo de vida saudável e responsável. Alertam que esta necessidade está diretamente relacionada ao cuidado com a alimentação, visando a construção de autonomia destes sujeitos a partir da percepção da urgência em se apropriarem do cuidado com a própria alimentação para a melhora de suas condições de vida. Ressaltam ainda que os serviços públicos e privados do campus universitário devem ter foco na construção de estratégias de promoção à saúde e implantação de serviços de informação sobre educação alimentar, de modo a minimizar os impactos futuros causados pela grande incidência de pessoas acometidas por doenças oriundas de hábitos alimentares inadequados.

Palavras-chave: Alimentação. Universitários. Doenças crônicas. Prevenção.