



HÁBITOS E COMPORTAMENTOS ALIMENTARES NA ADOLESCÊNCIA RELACIONADOS A FATORES DE QUALIDADE DE VIDA NO COLÉGIO ESTADUAL LÍRIA MICHELETO MICHELE - EFM

Maria Andria Rodrigues de Oliveira¹; Rafaela Jesus da Silva²; Ana Lúcia Cardoso Ribeiro³; Karoline Felisbino⁴

¹Acadêmica do Curso de Nutrição, UNICESUMAR, Curitiba-PR. Bolsista do Programa de Iniciação Científica do Instituto Cesumar de Ciência, Tecnologia e Inovação PIC/ICETI.

²Acadêmica do Curso de Nutrição, UNICESUMAR, Curitiba-PR.

³Orientadora, Coordenadora dos cursos da saúde da UNICESUMAR

⁴Coorientadora, Mestre, Professora da UNICESUMAR.

RESUMO: A presente pesquisa tem como objetivo analisar dados referentes a qualidade da alimentação e índice de atividade física dos adolescentes de 11 a 13 anos do Colégio Líria Micheleto Nichele E.F.M., tendo sua localização na cidade de Fazenda Rio Grande, no estado do Paraná, Brasil. O estudo em questão tem finalidade de relacionar marcadores de risco para desenvolvimento de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), associando com a ingestão atual dos alimentos, diferentes níveis de atividade física e fatores hereditários. O adolescente está em um período de transição e necessita do consumo dos macronutrientes e micronutrientes em volume diferente aos de um adulto e do período anterior a infância, pois o processo que se encontra exige dieta balanceada e elaborada exclusivamente para suprir as necessidades geradas pelas diversas mudanças corporais e psicológicas que acontecem apenas nessa faixa etária, porém tem-se notado que isso muitas vezes não é a realidade da rotina alimentar, além disso nota-se o consumo exagerado de algumas substâncias podendo influenciar no desenvolvimento de várias patologias do sistema cardiovascular, como a hipertensão arterial sistêmica cada vez mais precoce, por meio do consumo exagerado de sódio na alimentação, a diabetes mellitus pelo excesso de açúcar, a formação de placas de ateroma pela alimentação abusiva em alimentos ricos em lipídios, além da baixa ingestão de água e a substituição da mesma por líquidos industrializados ricos em sódio, glicose, corantes, etc.. Esse é um estudo de corte transversal. Onde a coleta de dados será realizada com o uso de questionário de hábitos gerais e alimentares com questões objetivas sendo essa realizada coletivamente, recordatório alimentar para conhecimento detalhado da rotina alimentar do jovem e com aferição de medidas antropométricas este realizado individualmente. Com esses dados será possível observar a realidade do adolescente e com isso detalhar a qualidade de consumo alimentar e identificar com isso os riscos potenciais para desenvolvimento de DCNTs.

PALAVRAS-CHAVE: Adolescente, alimentação, atividade física, comportamento de risco.

