

080

ESTUDO DO HÁBITO ALIMENTAR ASSOCIADO A DOENÇAS CARDIOVASCULARES E CRÔNICO-DEGENERATIVAS EM ALUNOS DE GRADUAÇÃO. Margô E. P. Canto^{1,2}, Marco Mastroeni¹, Ivana B. M. Da Cruz^{1,2}. (Laboratório de Bioquímica e Genética Molecular, Instituto de Geriatria e Gerontologia¹; Instituto de Biociências², PUCRS).

Atualmente, doenças cardiovasculares e crônico-degenerativas representam o principal problema de saúde pública na América Latina. Grande parte da população que sofre deste mal pode ter seu quadro sensivelmente revertido ou minimizado com o acompanhamento de uma dieta balanceada seguida de atividade física adequada. O desenvolvimento desta pesquisa foi efetuado a partir da distribuição de 1100 questionários nos 38 cursos que compõem a Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul. De forma randomizada, a amostra populacional foi analisada com sorteio de turmas em cada curso, recuperando-se 52% (576) do total de questionários distribuídos. A análise dos resultados quanto ao hábito alimentar mostrou as seguintes características: a) 68% dos entrevistados realizam a primeira refeição do dia (café da manhã), composta principalmente por café com leite, pão, frios e margarina preferencialmente a manteiga; b) 40% fazem apenas três refeições/dia; c) os biscoitos foram citados como alimento mais comum quando mais do que três refeições/dia são realizadas; d) no almoço, o consumo da carne vermelha prevaleceu sobre a carne branca. Quanto ao padrão físico médio do graduando: a) o Índice de Massa Corporal ($\text{peso}/\text{altura}^2$) para avaliação de sobrepeso e obesidade encontrado foi de 23,2 Kg/m^2 , abaixo do previsto pela literatura para a prevalência de doenças cardiovasculares; b) nenhum tipo de atividade física é realizado por 62% dos entrevistados. Os resultados obtidos neste trabalho identificam uma miscigenação de hábitos saudáveis e não saudáveis pelo graduando, sugerindo a implementação de campanhas de promoção à saúde preventiva (CNPq, PUCRS).