

339

CONSUMO ALIMENTAR DE ALUNOS DO ENSINO MÉDIO QUE PARTICIPARAM DO EVENTO PROFISSIONAL DO FUTURO DA UNIJUÍ. *Ivanice Ferreira Rocha, Lígia Beatriz Bento Franz, Maristela Borin Busnello (orient.) (UNIJUI).*

Introdução: O objetivo deste estudo foi analisar a dieta de um dia de estudantes do ensino médio que visitaram as dependências da UNIJUÍ em um evento para futuros universitários (Profissional do Futuro), quanto ao número de refeições e a composição da dieta. **Metodologia:** Estudo descritivo, no qual utilizou-se o recordatório alimentar de 24 horas, aplicado por acadêmicos do Curso de Nutrição. A análise qualitativa da dieta foi realizada tendo como referência o Guia Alimentar para a População Brasileira (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2006) com auxílio do software Epi info versão 3.3.2/2000. **Resultados:** Dos 44 participantes, 65, 9% eram do sexo feminino e 34, 1% era do sexo masculino, sendo a idade média de 21 anos (± 7 , 02 meses). Verificou-se que 38, 6 % dos indivíduos realizavam até quatro refeições/dia e 4, 5 % fizeram 6 refeições. As refeições mais negligenciadas foram os lanches. Nenhum entrevistado consumiu seis porções de cereais conforme o preconizado pelo Guia Alimentar. O consumo de carnes e derivados ficou acima do recomendado, pois 43, 2% dos participantes consumiram mais do que duas porções de carne naquele dia. Ainda, 38, 6% não consumiram nenhum tipo de fruta, apenas 9, 1% consumiram três porções/dia. Quanto ao consumo de verduras e legumes, 70, 5% dos participantes fizeram uma ou nenhuma ingestão de verduras e legumes. Apenas 9, 1% consumiram três porções de leites e derivados. Observou-se a presença freqüente de bebidas gaseificadas e guloseimas. **Conclusão:** Constatou-se excesso de consumo de açúcares e gordura, presença insuficiente de cereais, frutas e verduras na dieta. Foi identificada diminuição do número de refeições diárias. Propõe-se a discussão de dados deste estudo nas escolas, além da implementação de ações que promovam hábitos alimentares saudáveis, como modificações na composição dos alimentos, redução de propagandas de alimentos densamente calóricos, estímulo ao consumo de alimentos mais naturais.