



VI CONGRESSO LATINO-AMERICANO
X CONGRESSO BRASILEIRO
V SEMINÁRIO DO DF e ENTORNO
12-15 SETEMBRO 2017
BRASÍLIA- DF, BRASIL

Tema Gerador 6

Campesinato e Soberania Alimentar



Perfil socioeconômico e hábitos alimentares de estudantes do curso técnico em agroecologia do IFRN

Socioeconomic profile and feeding habits of students of the technical course in agroecology of the IFRN

NASCIMENTO, Edson; COSTA, Samanda; ARAÚJO JÚNIOR, Bernardo; SILVA, Marynara; GONÇALVES, Ana; SILVA, Mayke

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Norte (IFRN),
ed.brunno@hotmail.com; samandaminelle@hotmail.com; bernardo_ifrn@yahoo.com.br; marynara.yadora@hotmail.com; anacarolinadegoncalves@hotmail.com; mayke_arthur93@hotmail.com

Tema Gerador: Campesinato e Soberania Alimentar

Resumo

A conscientização em relação à alimentação está cada vez mais frequente, embora algumas pessoas não exerçam isso. Diante da necessidade de se verificar os hábitos alimentares e difundir a importância de uma alimentação saudável foi realizada uma pesquisa com os alunos do Curso Técnico Integrado em Agroecologia, entre os meses: maio e junho, de 2014. Para a avaliação foi utilizado um questionário com questões quantitativas sobre perfil socioeconômico, comportamento alimentar e qualidade de vida. A maioria dos estudantes são de famílias com renda de no máximo dois salários mínimos e que fazem as principais refeições em suas residências. A falta de hábito de consumo de hortaliças e o sabor desagradável foram apontados como principais barreiras ao consumo de hortaliças.

Palavras-chave: alimentação saudável; conscientização alimentar; consumo de hortaliças.

Abstract

Awareness about food is becoming more frequent, although some people do not. In view of the need to verify eating habits and to disseminate the importance of healthy eating, a study was carried out with the students of the Integrated Technical Course in Agroecology, between May and June 2014. For the evaluation, a questionnaire with quantitative questions about socio-economic profile, food behavior and quality of life. Most students are from families with incomes of a maximum of two minimum wages and who make the main meals in their residences. Lack of habit of eating vegetables and unpleasant taste were pointed as main barriers to the consumption of vegetables.

Keywords : healthy eating. food awareness. consumption of vegetables.

Introdução

O Brasil está passando por mudanças em relação aos hábitos alimentares de sua população que frequentemente tem adotado uma dieta de baixo teor nutricional e de alto valor energético, rica em sal, gordura e açúcar, e conseqüentemente reduzindo o consumo de frutas, hortaliças e cereais integrais, e esta redução no consumo de frutas e hortaliças tem merecido destaque como mudança negativa importante no padrão alimentar da população brasileira nas últimas décadas (Feitosa et al., 2010). Um dos



VI CONGRESSO LATINO-AMERICANO
X CONGRESSO BRASILEIRO
V SEMINÁRIO DO DF e ENTORNO
12-15 SETEMBRO 2017
BRASÍLIA- DF, BRASIL

Tema Gerador 6

Campeinato e Soberania Alimentar



principais motivos é o maior consumo de alimentos fora do lar, que pode ser explicado pelo aumento da participação feminina no mercado de trabalho, pela praticidade buscada pelas pessoas que dedicam muito tempo ao trabalho e também graças ao aumento da renda (Silveira et al., 2011).

Os hábitos alimentares são influenciados por diversos fatores, com destaque os fisiológicos, psicológicos, socioculturais e econômicos, estes tendem a moldar e formar a preferência e frequência com que certos alimentos serão consumidos. A adolescência é uma fase em que se deve dar ênfase quanto a qualidade da alimentação, pois nesta fase os indivíduos estão mais sujeitos a uma maior vulnerabilidade biológica e social que acarretam desequilíbrios nutricionais e à formação de hábito alimentar inadequado (Sales et al., 2014).

Portanto, sabendo dos ideais que envolvem a formação do profissional em agroecologia e diante da importância de se trabalhar temas relativos à qualidade alimentar, realizou-se este estudo com o objetivo de avaliar hábitos alimentares e fatores ligados a qualidade de vida dos estudantes do curso técnico em Agroecologia do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Norte.

Material e Métodos

Esta pesquisa foi realizada por meio de estudo descritivo de caráter transversal com estudantes do curso técnico de nível médio em Agroecologia, do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Norte – *Campus* Ipanguaçu, entre os meses de maio e junho do ano de 2014. Foi adotada uma amostra de 45 estudantes distribuídos entre os três primeiros anos do curso técnico. Foram excluídos os questionários dos estudantes que não forneceram as informações suficientes para a análise dos dados, totalizando uma amostra final de 44 estudantes.

O instrumento utilizado para avaliação foi um questionário sobre hábitos alimentares adaptado de Araújo Junior e Silva (2011), que conteve questões quantitativas sobre comportamento alimentar. Os questionários foram aplicados nas dependências da instituição, sendo a abordagem feita durante os intervalos de aula nos turnos matutinos e vespertinos. O instrumento utilizado para medida do nível de atividade física foi o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ), em sua versão curta, conforme Silva et al. (2007). Os dados foram avaliados através de estatística descritiva por meio das frequências das respostas.



VI CONGRESSO LATINO-AMERICANO
X CONGRESSO BRASILEIRO
V SEMINÁRIO DO DF e ENTORNO
12-15 SETEMBRO 2017
BRASÍLIA- DF, BRASIL

Tema Gerador 6

Campeinato e Soberania Alimentar



Resultados e discussão

Perfil socioeconômico

Com relação ao sexo dos estudantes, o sexo feminino é o que apresenta o maior número de representantes, perfazendo mais de 65%, enquanto que o sexo masculino apresenta 35% dos alunos. A agroecologia corresponde a uma ciência que valoriza a mulher e isso pode estar associado a esses números, gerando um maior interesse, até mesmo de adolescentes, por essa área.

Sobre a renda familiar dos estudantes, observou-se que menos de 40% possui renda familiar superior a dois salários mínimos, a maioria das famílias tem renda entre 1 e 2 salários, de acordo com todas as turmas avaliadas. Foi observado também que 23% dos alunos entrevistados vivem em família com renda de até um salário mínimo. Esses dados evidenciam a importância dos programas de assistência estudantil do IFRN como ferramenta para permanência e êxito dos estudantes durante o período em que os mesmos estão no instituto.

Hábito alimentar e qualidade de vida

Com relação à qualidade de vida, foi avaliada a realização de prática desportiva pelos estudantes. O questionário apresentava quatro níveis de atividade física: Sedentário, Insuficientemente ativo, Ativo, e Muito ativo.

Para sedentário, foram classificados assim alunos que não realizam nenhuma atividade física, por pelo menos 10 minutos contínuos durante a semana. Aproximadamente 32% dos que foram entrevistados consideram-se sedentários. Os insuficientemente ativos correspondem aos indivíduos que praticam atividades físicas por pelo menos 10 minutos contínuos por semana, porém de maneira insuficiente para ser classificado como ativos. No geral, 25% dos estudantes entrevistados consideram-se insuficientemente ativos. Somando esse percentual com o observado para sedentários, percebe-se que menos da metade dos estudantes (43%) praticam alguma atividade física de forma ativa.

Para considerar-se ativo, o estudante deve praticar alguma atividade física vigorosa por no mínimo três dias na semana, com mais de 20 minutos por sessão, ou apresentar atividade moderada por pelo menos cinco dias na semana, com 30 minutos por sessão, ou ainda praticar quaisquer atividades somadas por pelo menos cinco dias na semana e 150 minutos por semana. Apenas 30% destes se consideram ativos.

Ainda foi avaliada a categoria muito ativa, que cumpre as recomendações de prática vigorosa por pelo menos cinco dias na semana, com sessões de no mínimo 30 minutos ou prática vigorosa por pelo menos três dias na semana com sessão de 20 minutos



VI CONGRESSO LATINO-AMERICANO
X CONGRESSO BRASILEIRO
V SEMINÁRIO DO DF e ENTORNO
12-15 SETEMBRO 2017
BRASÍLIA- DF, BRASIL

Tema Gerador 6

Campesinato e Soberania Alimentar



mais prática moderada por pelo menos cinco dias na semana, com sessões de no mínimo 30 minutos. Os alunos que consideram-se muitos ativos representam o menor percentual entre os estudantes das turmas, correspondendo a 13% dos entrevistados.

Em relação às refeições café da manhã, lanche da manhã, almoço, lanche da tarde, jantar e ceia, e ainda sobre local de realização das mesmas, foram abordados os seguintes dados. Para café da manhã, 70% dos estudantes declararam realizar a refeição em casa, e os 30% restantes fora de casa. A maior parte dos estudantes (64%) declararam almoçar em casa, 32% declararam que almoçam normalmente fora de casa e 5% dos alunos entrevistados disseram que não almoçam normalmente. Em relação ao jantar, 93% dos estudantes declararam fazê-lo em casa, 2% dos estudantes normalmente o fazem fora de casa e 5% dos estudantes declararam que não realizam essa refeição.

Para o índice de massa corporal (IMC) dos estudantes, observou-se que mais de 70% dos entrevistados apresentaram estar com peso tido como normal. Quase 20% dos estudantes entrevistados estavam abaixo do peso ideal e, entre esses, 5% foram classificados como muito abaixo do peso ($IMC < 17$). Somente 7% dos estudantes apresentaram estar com sobrepeso. Quando se avalia por turmas, percebe-se que nas turmas ingressantes o problema de alunos abaixo do peso é maior, na Agro 1 foi observado que 29% dos estudantes estavam abaixo do peso ideal, enquanto que na turma de Agro 2 e Agro 3 esse valor caiu para 15,4% e 14,3%, respectivamente. Essa queda no número de estudantes abaixo do peso pode estar relacionada à melhor qualidade das refeições, que os alunos podem fazer no instituto através dos programas da assistência estudantil por meio da merenda escolar e do auxílio alimentação que pode fornecer café da manhã, almoço e jantar, dependendo da necessidade do estudante.

Foi realizado o levantamento com relação ao consumo de hortaliças pelos estudantes e entre eles foi observado que pelo menos 20% não apresenta esse hábito. A maior parte dos estudantes (80%) declarou que consome hortaliças, sendo que destes, 48% declararam que consome semanalmente e 32% apresentam consumo diário.

Com relação às principais barreiras (Figura 1) que comprometem ou diminuem o consumo de hortaliças, a maior parte dos estudantes (33%) destacou que a falta de hábito é o principal fator. Outro fator destacado foi o sabor, onde 27% dos estudantes entrevistados declaram que o sabor normalmente não agrada e isso compromete o consumo. Quase 20% dos estudantes declaram que há pouca variedade de hortaliças disponíveis para consumo frequente e isso o compromete. A aparência foi apontada por 10% dos entrevistados como fator que prejudica ou diminui o consumo, seguido por preço (6%) e oferta (4%).

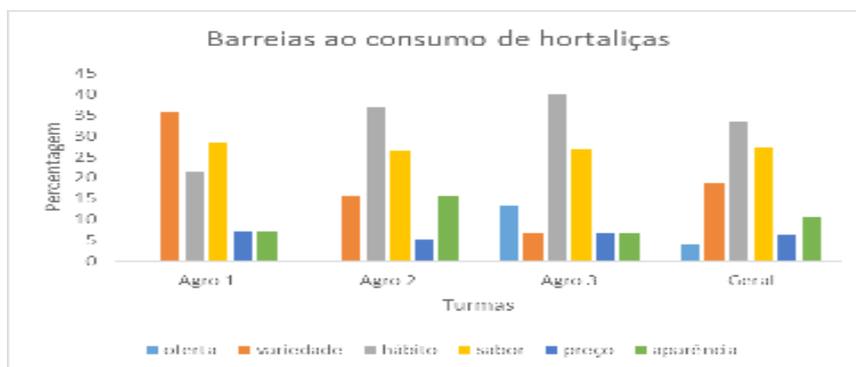


Figura 1. Barreiras ao consumo de hortaliças pelos estudantes ingressantes entre os anos de 2012 e 2014 no Curso Técnico em Agroecologia do IFRN – Campus Ipangaçu

Conclusões

A maioria dos estudantes são de famílias com renda de no máximo dois salários mínimos e que fazem as principais refeições em suas residências, dos estudantes ingressantes, até 1/3 tende a apresentar peso abaixo do normal, outros 1/3 dos estudantes apresentam hábito de consumo diário de hortaliças. A falta de hábito e o sabor foram destacados como as principais barreiras ao consumo de hortaliças.

Referências

- ARAÚJO JUNIOR, B. B.; SILVA, A. T. F. F. Diagnóstico do consumo de produtos orgânicos na cidade de Assú-RN. **Cadernos de Agroecologia**, v. 06, n. 02, p.01-05, 2011.
- FEITOSA, E. P. S.; DANTAS, C. A. O.; ANDRADE-WARTHA, E. R. S.; MARCELLINI, P. S.; MENDES-NETTO, R. S. Hábitos alimentares de estudantes de uma universidade pública no Nordeste, Brasil. **Alimentos e Nutrição**, v. 21, n. 2, p. 225-230, 2010.
- SALES, F. H. S.; CARVALHO, W. R. C.; SANTOS JUNIOR, J. M.; SILVA, D. C.; SANTOS C. M. Maus hábitos alimentares de estudantes do ensino médio em escolas públicas. **Holos**, v. 4, p. 2-4, 2014
- SILVA, G. S. F.; BERGAMASCHINE, R.; ROSA, M.; MELO, C.; MIRANDA, R.; BARA FILHO, M. Avaliação do nível de atividade física de estudantes de graduação das áreas saúde/biológica. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 13, n. 1, p. 39-42, 2007.
- SILVEIRA, J.; GALESKAS, H.; TAPETTI, R.; LOURENCINI, I. A ampliação da classe média pode impulsionar o consumo de frutas e hortaliças no Brasil. **Hortifruti Brasil**, p.12, 2011.