FORMAR INTERDISCIPLINAR

Revista Formar Interdisciplinar | Sobral, CE | v. 20, n. 1, p. 1-7, 2025

e-ISSN 2317-2649

ARTIGO ORIGINAL

DOI 10.68714/m4x9ba41

Marcadores de consumo alimentar e medidas antropométricas de acadêmicos de Nutrição de Itapipoca, Ceará

Food consumption markers and anthropometric measurements of Nutrition students from Itapipoca, Ceará

Yandra Urçulino Feitosa[1], **Francisco das Chagas do Nascimento Neto**[1], **Geórgia de Mendonça Nunes Leonardo**[1], **Bruna Aparecida Melo Batista**[1*]

HISTÓRICO

Recebido: 4 nov. 2024
Aceito: 8 jan. 2025
Publicado: 29 maio 2025

EQUIPE EDITORIAL

Editores responsáveis: Mauro Michel El Khouri e Renata Cordeiro
Avaliação: revisão por pares duplo-cego

AFILIAÇÕES

[1] Centro Universitário INTA (UNINTA), Campus Itapipoca, Itapipoca, CE, Brasil.
[*] Autor correspondente: bruna.batista@uninta.edu.br

ORCID

Bruna Batista: 0000-0001-9489-3257

COMO CITAR

FEITOSA, Y. U. et al. Marcadores de consumo alimentar e medidas antropométricas de acadêmicos de Nutrição de Itapipoca, Ceará. **Revista Formar Interdisciplinar**, Sobral, v. 20, n. 1, p. 1-7, 2025. DOI: https://doi.org/10.68714/m4x9ba41.

RESUMO

A rotina acadêmica pode influenciar no estilo de vida dos estudantes de ensino superior, incluindo modificações nos hábitos alimentares. O objetivo deste estudo foi avaliar a relação entre marcadores de consumo alimentar e variáveis antropométricas de acadêmicos de Bacharelado em Nutrição de Itapipoca, Ceará. Foi realizado um estudo transversal com discentes do Uninta *Campus* Itapipoca, de 18 a 59 anos de idade, regularmente matriculados, que aceitaram participar da pesquisa após a leitura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Foram excluídas gestantes e lactantes. Os participantes passaram por anamnese com coleta de dados gerais, antropométricos e de alimentação. Estes últimos foram obtidos por meio do questionário de marcadores de consumo alimentar do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional. A maioria dos participantes apresentou índice de massa corporal (IMC) eutrófico e circunferência da cintura normal. Houve maior prevalência de consumo de marcadores saudáveis entre os acadêmicos de Nutrição em geral, sem associações estatisticamente significativas com sexo e variáveis antropométricas, com exceção da maior frequência de consumo do marcador saudável "verduras e/ou legumes", que se associou ao sexo feminino (p=0,025), e da menor frequência de consumo do marcador não saudável "bebidas adoçadas", que mostrou associação com o IMC eutrófico (p=0,027). Por meio deste estudo foi possível identificar alguns fatores que podem se relacionar ou não com a alimentação saudável, abrindo espaço para novas estratégias com foco na promoção da saúde pela alimentação do público universitário cearense.

Palavras-chave: Consumo alimentar; Estado nutricional; Estilo de vida; Rotina acadêmica.

ABSTRACT

The academic routine can influence the lifestyle of higher education students, including changes in eating habits. The objective of this study was to evaluate the relationship between food consumption markers and anthropometric variables of undergraduate students in Nutrition from Itapipoca, Ceará. A cross-sectional study was conducted with students from Uninta Campus Itapipoca, aged 18 to 59, regularly enrolled, who agreed to participate in the research after reading the Free and Informed Consent Form. Pregnant and lactating women were excluded. Participants underwent anamnesis with a collection of general, anthropometric, and dietary data. The latter were obtained through the food consumption markers questionnaire of the Food and Nutrition Surveillance System. Most participants had a eutrophic body mass index (BMI) and normal waist circumference. There was a higher prevalence of consumption of healthy markers among Nutrition students in general, with no statistically significant associations with sex and anthropometric variables, except the higher frequency of consumption of the healthy marker "greens and/or both vegetables" which

Artigo publicado em acesso aberto sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC BY 4.0). © 2025 Revista Formar Interdisciplinar, UNINTA.

was associated with the female sex (p=0.025), and the lower frequency of consumption of the unhealthy marker "sweetened beverages" which showed an association with eutrophic BMI (p=0.027). Through this study, it was possible to identify some factors that may or may not be related to healthy eating, opening space for new strategies focused on promoting health through the diet of the university public in Ceará.

Keywords: Food consumption; Nutritional status; Lifestyle; Academic routine.

1 INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas, países da América Latina, dentre eles o Brasil, passaram por alterações no perfil nutricional da população, através de uma rápida transição nutricional, caracterizada pela diminuição da prevalência de desnutrição e o aumento da prevalência de excesso de peso (Silva, 2023). Dadas as transformações, o consumo de *fast foods*, refrigerantes e outros produtos industrializados possui alta adesão entre o público jovem, sendo facilmente incorporados em novos hábitos alimentares (Aquino; Pereira; Reis, 2015).

Dados da Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF) 2017-2018 mostraram que a participação de alimentos ultraprocessados na dieta de adultos representou 19,5% do consumo, e, quando se avaliaram marcadores de qualidade da alimentação, houve redução de 17,3% do consumo de feijão e de 17,6% no consumo de frutas, quando comparados ao período de 2008-2009 (IBGE, 2020).

De acordo com o Guia Alimentar para a População Brasileira, a alimentação deve ter como base os alimentos *in natura* ou minimamente processados, além da preferência por alimentos de origem vegetal (Brasil, 2014). Contudo, para a promoção da saúde, faz-se necessário também outras abordagens relacionadas à alimentação como fonte de prazer, identidade cultural e familiar, além de se considerar fatores como rede social, condições socioeconômicas e ambiente escolar (Aquino; Pereira; Reis, 2015; Silva; Godoy; Dias, 2017).

Como parte da vida de muitos adultos, a rotina acadêmica exige vários compromissos que tomam boa parte do tempo do estudante universitário, inclusive para a realização de refeições em domicílio, levando à procura por lanches mais rápidos, baratos e, por vezes, mais calóricos (Silva; Godoy; Dias, 2017). Essa atitude relaciona-se com a redução do consumo do grupo de frutas, hortaliças, cereais integrais e leguminosas, como também de tubérculos e raízes, podendo impactar na relação entre saúde e aprendizado (Lara *et al*., 2019).

Nesse contexto, destaca-se que os acadêmicos de nutrição possuem conhecimentos qualitativos e quantitativos das propriedades dos alimentos, sendo assim, teoricamente influenciados de forma positiva. Contudo, somente o aprendizado não basta para evitar condutas de saúde errôneas e modificações negativas no estado nutricional (Aquino; Pereira; Reis, 2015).

Para traçar ações de atenção integral à saúde é necessário conhecer o consumo alimentar, seja ele individual ou coletivo (Brasil, 2015). Assim, a avaliação dietética é fundamental para o norteamento de intervenções no que se diz respeito à prevenção de doenças carenciais e de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) (Munhoz *et al*., 2017).

Um dos instrumentos que podem ser utilizados no âmbito da vigilância em saúde é o formulário de marcadores de consumo alimentar do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN). A análise destes marcadores aponta o que deve ser destacado pela equipe de saúde para a adoção de práticas alimentares mais saudáveis pela população, possibilitando o reconhecimento de alimentos ou comportamentos que se associam à alimentação saudável ou não saudável. Nesta versão é possível avaliar o consumo alimentar de pessoas de qualquer idade ou fase da vida de forma mais agilizada (Brasil, 2015).

Considerando que os hábitos alimentares dos acadêmicos de Nutrição podem sofrer influência de sua rotina acadêmica, e que há poucos trabalhos que abordam práticas alimentares de universitários do Ceará, principalmente do interior do estado, surgiu a seguinte questão de pesquisa: "Qual a relação entre consumo de alimentos saudáveis e não saudáveis e o estado nutricional de estudantes de Nutrição?" Dessa forma, o objetivo deste estudo foi avaliar a relação entre marcadores de consumo alimentar e variáveis antropométricas de acadêmicos de Nutrição de uma instituição particular na cidade de Itapipoca, Ceará.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

Foi realizado um estudo transversal com graduandos de Nutrição, a partir de uma amostra por conveniência composta pelos discentes que, após leitura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), aceitaram participar da pesquisa.

Os critérios de inclusão foram estudantes de Nutrição de 18 a 59 anos de idade, regularmente matriculados, desde acadêmicos do 1° semestre (ingressantes) ao 9° semestre (concluintes), de ambos os sexos. Não foram incluídas gestantes e lactantes.

Para recrutamento dos acadêmicos, realizou-se contato prévio, por meio de convite em sala de aula. Os interessados em contribuir com a pesquisa foram submetidos a uma anamnese pela qual se obteve dados sobre semestre cur-

sado, data de nascimento, idade, variáveis antropométricas (peso, altura e circunferência da cintura (CC)) e consumo alimentar.

Para avaliação do consumo alimentar foi realizado o preenchimento do formulário de marcadores de consumo alimentar do SISVAN (Brasil, 2015), especificamente da seção para crianças com dois anos ou mais, adolescentes, adultos, gestantes e idosos, em que constam questões sobre práticas alimentares, como quantidade de refeições realizadas durante o dia, distração enquanto se alimenta e consumo de alimentos do dia anterior. O participante escolheu a opção mais condizente, e, após, foram realizados cálculos de frequência, de forma a indicar a prevalência dos itens marcados pelos participantes.

Para a aferição do peso corporal (Kg), foi utilizada balança digital portátil G-Tech® Balgl10, com capacidade para 150 Kg, e a medida da altura coletada foi autorreferida. Essas duas variáveis foram utilizadas para calcular o Índice de Massa Corporal (IMC), seguindo a fórmula Peso (kg) · Altura^{-2} (m), cujas classificações seguiram as referências da Organização Mundial de Saúde (OMS) (WHO, 2000).

Para a aferição da CC, foi utilizada fita antropométrica inelástica, e a medida foi tomada no ponto médio entre o último arco costal e a crista ilíaca. A classificação desse parâmetro considera os pontos de corte para risco de desenvolvimento de complicações metabólicas, sendo elevado risco metabólico quando > 80 cm para mulheres e > 94 cm para homens (WHO, 2008).

Os dados obtidos foram organizados em planilha do Microsoft® Excel® (Microsoft 365® versão 2408) e analisados no programa estatístico Jamovi® (Jamovi project 2023, versão 2.3.26), sendo expressos como frequências, percentuais, média e desvio-padrão. Testou-se a associação entre as variáveis de consumo, sexo, IMC e CC por meio do teste de qui-quadrado. Para os testes de associação, as categorias do IMC foram agrupadas em duas categorias: peso eutrófico e peso excessivo. Os dados foram considerados significativos com valores de *p* menores ou iguais a 0,05.

Este trabalho faz parte do projeto "Avaliação do estado nutricional, do comportamento alimentar e da autoimagem corporal de estudantes universitários de Itapipoca, Ceará", aprovado pelo Comitê de Ética em pesquisa do Uninta sob o CAAE n. 68409223.0.0000.8133. Os participantes foram informados sobre os objetivos da pesquisa e assinaram o TCLE. Durante a execução das etapas do estudo, buscou-se respeitar as diretrizes e critérios da Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde, a fim de zelar pela legitimidade, privacidade e sigilo das informações, e respeitar os princípios da bioética (Brasil, 2012).

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram deste estudo 45 estudantes do curso de Nutrição, sendo 24 mulheres e 21 homens. A maioria das mulheres cursava o 7º semestre (41,7% das participantes), enquanto a maioria dos homens, o 3º semestre (28,6% dos participantes).

A distribuição em frequência das variáveis antropométricas mostrou que a maioria dos participantes estava com parâmetros dentro da normalidade para o IMC (83,3 % das mulheres e 57,4% dos homens) e CC (91,7% das mulheres e 76,2% dos homens).

Ao se comparar as médias das variáveis numéricas entre mulheres e homens, viu-se que não houve diferença estatística entre idade e de quantidade de refeições costumeiramente realizada por dia. Porém, o IMC e a CC apresentaram diferença estatisticamente significativa: o grupo masculino apresentou média maior de IMC e CC, sendo a média de IMC classificada em sobrepeso. No caso da média de IMC do grupo feminino de CC de ambos os sexos, os valores foram classificados dentro da normalidade (Tabela 1).

Tabela 1. Comparação de médias da idade, das variáveis antropométricas e da quantidade de refeições costumeiras dos estudantes agrupados segundo o sexo. Itapipoca, Ceará, 2023.

Variável	Grupo	n	Média (desvio padrão)	*Valor de p*
Idade (anos)	Feminino	24	23,2 (5,75)	*0,658*‡
	Masculino	21	22,5 (3,50)	
IMC (Kg/m²)	Feminino	24	22,4 (3,08)	*0,009*£
	Masculino	21	25,6 (5,06)	
CC (cm)	Feminino	24	72,3 (6,86)	*< 0,001*£
	Masculino	21	83,7 (12,26)	
Quantidade de refeições por dia	Feminino	24	4,88 (0,85)	*0,206*‡
	Masculino	21	5,24 (1,04)	

IMC: índice de massa corporal; CC: circunferência da cintura; ‡ - teste t de Student independente; £ - teste de Mann-Whitney. Valor de p considerado significativo menor ou igual a 0,05.

Fonte: autoria própria (2023).

Berbigier e Magalhães (2021) e Munhoz *et al.* (2017), em seus estudos com acadêmicos de Nutrição, também encontraram diferenças entre médias de IMC e CC segundo o sexo, porém todos os valores dentro da normalidade, enquanto no presente trabalho, a média de IMC para os homens encontrou-se na categoria de sobrepeso. Esse resultado pode vir do fato de que quase metade (42,9%) dos estudantes homens avaliados apresentaram excesso de peso segundo o IMC. Entretanto, esse índice deve ser avaliado com cuidado, pois ele não prediz distribuição corporal de massa gorda e massa muscular (Rezende *et al.*, 2007).

As próximas tabelas apresentam os testes de associação entre o sexo, o IMC e a CC e os marcadores de consumo alimentar saudável e não saudável (Tabelas 2, 3 e 4). Os valores de *p* em negrito indicam valor significativamente estatístico.

Tabela 2. Distribuição dos participantes segundo a associação do sexo com os marcadores de consumo alimentar saudável e de distração. Itapipoca, Ceará, 2023.

Variáveis	Feijão		Frutas Frescas		Verduras e/ou legumes		Alimenta-se assistindo TV, mexendo no computador e/ou celular	
	Sim	Não	Sim	Não	Sim	Não	Sim	Não
	n (%)		n (%)		n (%)		n (%)	
Sexo (n)								
Feminino (24)	18 (75,0)	6 (25,0)	15 (62,5)	9 (37,5)	20 (83,3)	4 (16,7)	17 (70,8)	7 (29,2)
Masculino (21)	15 (71,4)	6 (28,6)	13 (61,9)	8 (38,1)	11 (52,4)	10 (47,6)	20 (95,2)	1 (4,8)
Valor de p	*0,787*		*0,967*		***0,025***		*0,051**	

Valor de p considerado significativo menor ou igual a 0,05 (Teste de qui-quadrado de Pearson).

*Teste de qui-quadrado exato de Fisher.

Fonte: autoria própria (2023).

Tabela 3. Distribuição dos participantes segundo a associação do sexo com os marcadores de consumo alimentar não saudável. Itapipoca, Ceará, 2023.

Variáveis	Hambúrguer e/ou embutidos		Bebidas adoçadas		Macarrão instantâneo, salgadinhos de pacote ou biscoitos salgados		Biscoito recheado, doces ou guloseimas	
	Sim	Não	Sim	Não	Sim	Não	Sim	Não
	n (%)		n (%)		n (%)		n (%)	
Sexo (n)								
Feminino (24)	7 (29,2)	17 (70,8)	12 (50,0)	12 (50,0)	5 (20,8)	19 (79,2)	6 (25,0)	18 (75,0)
Masculino (21)	4 (19,0)	17 (81,0)	11 (52,4)	10 (47,6)	6 (28,6)	15 (71,4)	6 (28,6)	15 (71,4)
Valor de p	*0,431*		*0,873*		*0,547*		*0,787*	

Valor de p considerado significativo menor ou igual a 0,05 (Teste de qui-quadrado de Pearson).

Fonte: autoria própria (2023).

Para a maioria dos marcadores, houve maior frequência de consumo de marcadores saudáveis e menor frequência de consumo de marcadores não saudáveis para ambos os sexos e independentemente do estado nutricional segundo o IMC e a CC, não havendo diferença estatística entre os grupos.

As exceções foram o marcador saudável "verduras e/ou legumes", que mostrou associação estatisticamente significativa com o sexo, havendo maior proporção de mulheres que apresentaram seu consumo (Tabela 2), e o marcador não saudável "bebidas adoçadas", que mostrou associação estatisticamente significativa com o IMC, assim, a maior proporção de estudantes que não o consumiu apresentava peso eutrófico (Tabela 4).

Tabela 4. Distribuição dos participantes segundo a associação dos marcadores de consumo alimentar com o IMC e a CC. Itapipoca, Ceará, 2023.

Variável	Peso eutrófico	Excesso de peso	Total	CC normal	CC elevada	Total
	n (%)			n (%)		
Feijão						
Sim	23 (69,7)	10 (30,3)	33	27 (81,8)	6 (18,2)	33
Não	9 (75,0)	3 (25,0)	12	11 (91,7)	1 (8,3)	12
Valor de p	*1,000*			*0,655*		
Frutas Frescas						
Sim	19 (67,9)	9 (32,1)	28	22 (78,6)	6 (28,4)	28
Não	13 (76,5)	4 (23,5)	17	16 (94,1)	1 (5,9)	17
Valor de p	*0,737*			*0,227*		
Verduras e/ou legumes						
Sim	24 (77,4)	7 (22,6)	31	27 (87,1)	4 (12,9)	31
Não	8 (57,1)	6 (42,9)	14	11 (78,6)	3 (21,4)	14
Valor de p	*0,286*			*0,659*		
Hambúrguer e/ou embutidos						
Sim	7 (63,6)	4 (36,4)	11	9 (81,8)	2 (18,2)	11
Não	25 (73,5)	9 (26,5)	34	29 (85,3)	5 (14,7)	34
Valor de p	*0,704*			*1,000*		
Bebidas adoçadas						
Sim	13 (56,5)	10 (43,5)	23	17 (73,9)	6 (26,1)	23
Não	19 (86,4)	3 (13,6)	22	21 (95,5)	1 (4,5)	22
Valor de p	***0,027****			*0,096*		
Macarrão instantâneo, salgadinhos de pacote ou biscoitos salgados						
Sim	9 (81,8)	2 (18,2)	11	11 (100,0)	0 (0,0)	11
Não	23 (67,6)	11 (32,4)	34	27 (79,4)	7 (20,6)	34
Valor de p	*0,467*			*0,168*		
Biscoito recheado, doces ou guloseimas						
Sim	8 (66,7)	4 (33,3)	12	9 (75,0)	3 (25,0)	12
Não	24 (72,7)	9 (27,3)	32	29 (87,9)	4 (12,1)	32
Valor de p	*0,721*			*0,362*		
Alimenta-se assistindo TV, mexendo no computador e/ou celular						
Sim	26 (70,3)	11 (29,7)	37	31 (83,8)	6 (16,2)	37
Não	6 (75,0)	2 (25,0)	8	7 (87,5)	1 (12,5)	8
Valor de p	*1,000*			*1,000*		

IMC: Índice de Massa Corporal; CC: Circunferência da cintura (elevada significa acima de 80 cm para mulheres e de 94 cm para homens).

Valor de p considerado significativo menor ou igual a 0,05 (teste de qui-quadrado exato de Fisher).

* Teste de qui-quadrado de Pearson.

Fonte: autoria própria (2023).

Destaca-se que a categoria de verduras e legumes dos marcadores de consumo alimentar do SISVAN não consideram batata, mandioca, aipim, macaxeira, cará e inhame, e as bebidas adoçadas consideradas incluem refrigerante, suco de caixinha, suco em pó, água de coco em caixinha, xaropes de guaraná/groselha, suco de fruta com adição de açúcar (Brasil, 2015).

Segundo Sampaio, Mendes e Gois (2022), ao avaliarem padrões alimentares de estudantes universitários cearenses, foi visto que a maioria dos universitários de 19 a 24 anos apresentou alta aceitação ao padrão denominado misto, composto principalmente por doces, óleos e gorduras, carnes brancas e comidas típicas. Entretanto, estudantes acima de 24 anos e mulheres apresentaram maior consumo do padrão saudável, composto predominantemente por alimentos ricos em fibras, minerais e vitaminas, reduzidos em açúcares simples, gordura trans e saturada.

Entretanto, segundo o trabalho de Arruda *et al*. (2014), realizado com jovens brasileiros com idade de 23 a 25 anos objetivando identificar padrões alimentares, ambos os sexos evidenciaram escores mais altos para o padrão saudável, composto por frutas, vegetais, legumes, peixe e frango, com menores taxas de gorduras, favorecendo a percepção de que uma dieta saudável está associada também a outros hábitos saudáveis.

No presente estudo, a média da idade dos participantes ficou abaixo dos 24 anos, mas houve similaridade em relação ao maior consumo de alimentos saudáveis e menor consumo de alimentos não saudáveis dos marcadores do SISVAN para ambos os sexos, com exceção do marcador "verduras e/ou legumes", mais consumido pelas mulheres. Esses dados podem estar associados ao fato de que os estudantes são de cursos da área da saúde, com conhecimento mais aprofundado sobre estilo de vida saudável, e

que mulheres possuem uma preocupação maior com alimentação e bons hábitos de vida do que homens (Assumpção *et al*., 2017; Sampaio; Mendes; Gois, 2022).

No presente estudo, houve associação entre não consumir o marcador não saudável "bebidas adoçadas" e o IMC de peso eutrófico (Tabela 4), podendo-se, por extensão, levantar questões sobre a relação inversa, ou seja, o consumo de bebidas desse tipo e o excesso de peso.

A Organização Panamericana de Saúde identificou o aumento da prevalência de sobrepeso e obesidade em adultos nos últimos 20 anos. Em dados de 2016, o sobrepeso se encontrava com 62,5% e a obesidade com 28,6%, sendo considerados os maiores valores entre todas as regiões da OMS, e traz que as bebidas açucaradas foram consideradas como um dos mais relevantes fatores para epidemia de obesidade, sendo o alto consumo associado a algumas condições como o ganho de peso em crianças e adultos, aumento da incidência de diabetes tipo 2, doença cardiovascular, cárie dentária e osteoporose (OPAS, 2022).

Em uma revisão sistemática de estudos longitudinais realizada por Schneider *et al*. (2017), os autores avaliaram a relação entre dieta e gordura corporal em adolescentes e adultos jovens. Foi avaliada a dieta pelo consumo de grupos alimentares (cereais, leite e produtos lácteos) e alimentos específicos (bebidas açucaradas, refrigerantes, *fast foods*, leite etc.). Houve uma associação direta entre dieta e quantidade de gordura corporal em dez estudos, e foi fator contribuinte para o aumento da gordura corporal no início da vida adulta uma alimentação com alto consumo energético em gordura e baixo em fibras, além do consumo de *fast foods*, bebidas açucaradas e refrigerantes na adolescência. O estudo concluiu que elevado consumo de alimentos com alta densidade energética e baixo conteúdo de nutrientes, tanto na adolescência quanto no início da vida adulta, colaboram com o excesso de peso (Schneider *et al*. 2017).

Um fator que pode contribuir para o consumo elevado de bebidas adoçadas é o fácil acesso e relativo baixo custo, como mostrou o estudo de Passos (2020), que também encontrou relação entre preço dos alimentos ultraprocessados e prevalência de sobrepeso e obesidade. Foi estimado que o aumento de 1,00% no preço dos ultraprocessados levaria a uma diminuição na prevalência de excesso de peso e obesidade em 0,33% e 0,59%, respectivamente. Assim, o preço dos alimentos ultraprocessados, incluindo as bebidas açucaradas, e o fácil acesso a eles, podem influenciar seu consumo e, consequentemente, a elevação do peso corporal (Passos, 2020).

O presente estudo possui limitações, pois é um estudo transversal, que não permite estabelecer relações de causa e efeito entre os dados, e foi realizado com amostra pequena, o que pode ter afetado as significâncias estatísticas. Entretanto, foram tomados os cuidados necessários nas coletas e análise dos dados, estando os pesquisadores devidamente treinados.

Vale ressaltar que, até o momento, este é o primeiro estudo que buscou associar consumo de marcadores de alimentação saudável e não saudável com estado nutricional em acadêmicos da região do interior do Ceará, contribuindo, assim, para melhorar o conhecimento sobre o perfil de saúde desse público.

4 CONCLUSÃO

O presente estudo mostrou maior prevalência de consumo de marcadores saudáveis entre os acadêmicos de Nutrição, contudo o sexo feminino se sobressaiu no consumo do marcador saudável "verduras e/ou legumes"; e menor frequência de consumo do marcador não saudável "bebidas adoçadas" associou-se ao IMC eutrófico. Além disso, a maioria dos participantes, de ambos os sexos, encontrava-se com IMC eutrófico e CC dentro na normalidade, mas estas variáveis de estado nutricional não mostraram associações com a frequência de consumo dos outros marcadores saudáveis e não saudáveis.

Por meio deste estudo, foi possível identificar alguns fatores que podem se relacionar ou não com a alimentação saudável, dando abertura para novas estratégias com foco na promoção da saúde pela alimentação.

Com vistas a favorecer ainda mais o conhecimento em Nutrição e sobre o público universitário cearense, sugere-se que futuros estudos explorem outras ferramentas validadas para avaliação consumo alimentar, associando a dados clínicos e bioquímicos, ampliando, assim, a compreensão sobre o tema abordado.

DECLARAÇÕES

Contribuição dos autores: Todos os autores participaram da concepção do estudo, da coleta e análise dos dados e da redação do manuscrito, revisaram e aprovaram a versão final.

Conflito de interesses: Os autores declaram não haver conflito de interesses.

Financiamento: Esta pesquisa não recebeu financiamento específico.

Disponibilidade de dados: Os autores não indicaram repositório público para os dados da pesquisa.

REFERÊNCIAS

AQUINO, J. K.; PEREIRA, P.; REIS, V. M. C. P. Hábito e consumo alimentar de estudantes do curso de nutrição das faculdades de Montes Claro – Minas Gerais. **Revista Multitexto**, v. 3, n. 1, 2015. Disponível em: https://www.ead.unimontes.br/multitexto/index.php/rmcead/article/view/111/49

ARRUDA, S. P. M. *et al*. Dietary patterns are associated with excess weight and abdominal obesity in a cohort of young Brazilian adults. **European Journal of Nutrition**, v. 55, n. 6, p. 2081-2091, 2016. Disponível em: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26318444/

ASSUMPÇÃO, D. *et al*. Diferenças entre homens e mulheres na qualidade da dieta: estudo de base populacional em Campinas, São Paulo. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 22, n. 2, p. 347–358, fev. 2017. Disponível em: https://www.scielo.br/j/csc/a/5q3Qd7dqM4K6xJpSZr9tJJz/?format=pdf&lang=pt

BERBIGIER, M. C.; MAGALHÃES, C. R. Estado nutricional e hábito alimentar de estudantes universitários em Instituição Pública do Brasil. **Saúde e Pesquisa**, v. 14, n. 1, p. 51-64, jan./mar. 2021. Disponível em: https://periodicos.unicesumar.edu.br/index.php/saudpesq/article/view/8767/6539

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira. Ministério da Saúde:** Brasília – DF, 2014. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Orientações para avaliação de marcadores de consumo alimentar na atenção básica** [recurso eletrônico]. Brasília: Ministério da Saúde. 2015. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/marcadores_consumo_alimentar_atencao_basica.pdf

BRASIL. **Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012**. Dispõe sobre diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. Diário Oficial da República Federativa do Brasil, Brasília, DF, 12 jun. 2013. Disponível em: https://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2012/Reso466.pdf

IBGE - INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Pesquisa de Orçamentos Familiares 2017-2018:** análise do consumo alimentar pessoal no Brasil. Rio de Janeiro: IBGE, 2020. Disponível em: https://biblioteca.ibge.gov.br/index.php/biblioteca-catalogo?view=detalhes&id=2101742

LARA, A. A. *et al*. **Estado nutricional e consumo alimentar de estudantes de nutrição ingressantes e concluintes de uma instituição de ensino superior em Várzea Grande – MT.** Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) Curso de Bacharelado em Nutrição, Universidade de Várzea Grande. Várzea Grande, Mato Grosso. 15 f. 2019. Disponível em: https://www.repositoriodigital.univag.com.br/index.php/nutri/article/view/465/554

MUNHOZ, M. P. *et al*. Perfil nutricional e hábitos alimentares de universitários do curso de Nutrição. **Revista Saúde UniToledo**, Araçatuba, SP, v. 01, n. 02, p. 68-85, set./nov. 2017. Disponível em: http://www.ojs.toledo.br/index.php/saude/article/view/2564

OPAS - ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE. **Indicadores de impostos sobre bebidas açucaradas na América Latina e no Caribe**. 2022. Disponível em: https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/56867/OPASNMHRF220006_por.pdf?sequence=1&isAllowed=y

PASSOS, C. M. **Preço dos alimentos, consumo de bebidas adoçadas e obesidade no Brasil.** Tese (Doutorado em Enfermagem) – Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da Universidade Federal de Minas Gerais. Minas Gerais, 173 f. 2020.

Disponível em: https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1372699

REZENDE, F. *et al*. Revisão crítica dos métodos disponíveis para avaliar a composição corporal em grandes estudos populacionais e clínicos. **ALAN,** Caracas, v. 57, n. 4, p. 327-334, dez. 2007. Disponível em: http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0004-06222007000400004&lng=es&nrm=iso

SAMPAIO, R. M. M.; MENDES, I. G. C.; GOIS, L. D. C. Relação entre padrões alimentares e estado nutricional em universitários. Rio Grande do Norte. **Revista Ciência Plural**, v. 8, n. 3, e27492, 2022. Disponível em: https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1399023

SCHNEIDER, B. C. *et al*. Diet and body fat in adolescence and early adulthood: a systematic review of longitudinal studies. RS – Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, 22(5):1539-1552, 2017. Disponível em: https://www.scielosp.org/pdf/csc/2017.v22n5/1539-1552/en

SILVA, C. S. A. Transição nutricional no Brasil: tendência e desafios contemporâneos. **Saúde.com**, *[S. l.]*, v. 19, n. 3, 2023. Disponível em: https://periodicos2.uesb.br/index.php/rsc/article/view/13979

SILVA, I. M. S.; GODOY, P. M.; DIAS, R. M. F. Hábitos Alimentares de estudantes em uma instituição de ensino superior de Salvador–Bahia. **Revista Direito**. v.0, n.4, p.70-82, 2017. Disponível: https://estacio.periodicoscientificos.com.br/index.php/cienciaincenabahia/article/view/669/597

WHO - WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Obesity:** Preventing and Managing the Global Epidemic: reporto f a WHO consultation. Geneva, 2000. 253 p. Disponível em: https://iris.who.int/handle/10665/42330

WHO - WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Waist circumference and waist-hip ratio**: report of a WHO expert consultation, Geneva, 2008. 39 p. Disponível em: https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/44583/9789241501491_eng.pdf