



CONSUMO ALIMENTAR DE ADOLESCENTES DE UM MUNICÍPIO DO ESPÍRITO SANTO

CARINA CRISTINA PENA; KAIMY CASSIANE BORGHI; JEISIANE MUNIZ DE SÁ;
MONALISA VIERA QUADRA; THAYSSA VAZ MARQUES

Introdução: Os hábitos alimentares desenvolvidos em crianças e adolescentes desempenham um papel crucial na determinação da saúde e do bem-estar durante a transição para a vida adulta. **Objetivo:** Avaliar o estado nutricional e o consumo alimentar de adolescentes em uma instituição pública do município de Serra, Espírito Santo. **Materiais e métodos:** Trata-se de um estudo descritivo transversal, com amostra de 328 adolescentes. A classificação do estado nutricional foi feita a partir do índice de massa corporal/idade (IMC/I), avaliados em medidas de escore Z, o padrão de referência para classificação das medidas de peso e estatura foi o recomendado pela Organização Mundial da Saúde. As informações sobre consumo alimentar foram obtidas através de um questionário de frequência alimentar contendo uma lista previamente elaborada. Por meio de questionário semiestruturado foram avaliadas as práticas comportamentais e dados socioeconômicos. **Resultados:** Verificou-se, segundo o IMC/I, a ocorrência de sobrepeso e obesidade, de 18,9% e 13,4%, respectivamente. Em relação ao consumo alimentar foi verificado que os alimentos mais consumidos são: feijão (62,2%), carne frita (22,87%) e biscoito (18,29%), com um consumo de ao mesmo uma vez na semana estão suco artificial (36,59%), churrasco/churrasquinho (65,24%) e comida pronta (53,96%), e entre os alimentos nunca consumido foram: fruta (10,67%), verdura e legume cozido (35,37%), outras leguminosas (62,5%) e peixe e outros pescados (31,71%). **Conclusão:** Os dados apontam para um baixo consumo de frutas e verduras e consumo elevado alimentos com alto teor de açúcares e gorduras. Ressalta-se a necessidade de realizar atividades de educação alimentar e nutricional em escolas, pois esses hábitos alimentares propiciam o desenvolvimento de excesso de peso e podem ser determinantes de obesidade e doenças crônicas não transmissíveis na maturidade.

Palavras-chave: Hábitos alimentares, Saúde do adolescente, Ingestão alimentar, Nutrição do adolescente., Comportamento alimentar.