



## Comportamento de risco e peso corporal de graduandos de Salinas

Francielly Oliveira de Sá, Maria de Fatima de Matos Maia, Berenilde Valéria de Oliveira Souza, Celina Aparecida Gonçalves Lima, Marise Fagundes Silveira, Ana Flavia Muniz Vieira, Maria Cristina Soares Gomes

### Introdução

No último século vem ocorrendo diversas modificações em vários países do mundo. Modificações essas decorrentes do processo de urbanização que vem crescendo a cada dia. A alta indústria da tecnologia faz com que as pessoas fiquem cada vez mais sedentárias. Romanzini et al. [1] diz que esses jovens vem criando assim hábitos alimentares inadequados que causam sobrepeso corporal, aumentando o risco de doenças relacionadas ao sedentarismo e graves implicações à saúde adotam hábitos de vida inadequados e prejudiciais à saúde. Arelados a esse contexto, o processo de industrialização e o desenvolvimento tecnológico presentes na sociedade atual, contribuiu para uma alteração nas principais causas de mortalidade, morbidade e sobrepeso

Para Legnani [2], [3] estudos científicos têm buscado compreender qual a causa do sobrepeso na população jovem. Dentre algumas linhas de pensamento, podemos citar: baixos níveis de atividade física, elevado padrão de comportamento sedentário, alimentação inadequada e consumo de bebidas alcoólicas, como também, algumas variáveis sócio demográficas, tais como, o sexo e a faixa etária. Castro diz que [4] as mesmas têm sido frequentemente associadas ao excesso de peso corporal.

Rosa [5], afirma que o comportamento de risco não acontece separadamente; jovens que estão insatisfeitos com o seu peso corporal (abaixo ou acima do peso) são mais vulneráveis a terem problemas com o comportamento de risco como, autoestima baixa, imagem corporal inadequada e isolamento social.

Mesmo com o avanço do conhecimento e da tecnologia, ainda sim, há um espaço em aberto sobre a relação do excesso de peso corporal relacionado aos fatores de risco, como o fator comportamental e sócio demográfico que são importantes e devem ser levados em consideração [1].

Nota-se a importância dos fatores de comportamento de risco e imagem corporal na atualidade, mas ainda é uma área pouco estudada. Esse estudo tem como objetivo analisar o comportamento de risco ao peso corporal dos universitários da cidade de Salinas, Minas Gerais.

### Material e Métodos

Essa pesquisa apresentou os resultados parciais do Projeto Comportamento de Risco à Saúde dos Universitários da Unimontes, que abordou o comportamento de risco relacionado ao peso corporal.

É um estudo descritivo de corte transversal. A amostra foi composta por 28 acadêmicos do curso de Ciências Contábeis, da cidade de Salinas, dos quais com idade até 18 anos (14,3%), 19 a 21 anos (53,6%) e 22 a 25 anos (25,0%) e 25 anos ou mais (7,1%).

A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética, Parecer Nº 306/79, de 22 de junho de 2012. Os indivíduos assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. A coleta de dados foi realizada pelo Grupo Integrado de Pesquisa em Psicologia do Esporte, Exercício e Saúde Ocupacional e Mídia (GIPESOM), no ano de 2013, mediante aplicação de um questionário, de forma individual e anônima em sala de aula, com informações associadas aos comportamentos de risco para a saúde. O instrumento usado nesta investigação foi o *Youth Risk Behavior Survey-College* (YRBS-C), traduzido para o idioma português e adaptado transculturalmente pelo grupo de pesquisa coordenado pelo Prof. Dr. Dartagan Pinto Guedes.

Todas as variáveis foram descritas por meio de distribuição de frequências absoluta e relativa. Foi utilizado o software *Statistical Package for the Sciences* (SPSS), versão 19.0 para a tabulação dos dados.

### Resultados e Discussão

Observando os valores apresentados na tabela e com os dados coletados, a amostra, segundo o comportamento relacionado ao peso corporal podemos dizer que houve valores de maior proporção de 53,6% no peso que se espera ter, podemos dizer que eles estão parcialmente satisfeitos já 42,9% consideravam se um pouco abaixo do peso que se espera ter e apenas 3,6% disseram que estão muito abaixo do peso que esperam ter.

Quando falamos a respeito da iniciativa de mudar o peso, 35,7% relataram ter iniciativa para a perda de peso corporal, 28,6% disseram tomar iniciativas para aumentar o peso corporal.



Já no que diz respeito a manter o peso corporal e aos que não tomaram iniciativa alguma corresponde a 35,8%. Quando perguntados sobre dieta, 89,3% relataram não utilizar nenhum tipo de dieta e 10,7% disseram utilizar algum tipo de dieta. Do total da amostra, 64,3% dos avaliados disseram não fazer exercícios físicos em comparação com os 35,7%, que disseram fazer a prática de algum exercício físico. Nenhuma das pessoas tomou remédio ou laxantes para vomitar.

Os resultados obtidos nesse estudo mostram quase metade dos universitários não estão tão preocupados em praticar exercícios físicos para diminuir o peso e para o ganho de peso. A grande maioria de 89,4% se diz não fazer dieta para melhorar essa situação. Esses jovens se consideram satisfeitos com o peso que possuem. Podemos notar um comodismo por parte desses jovens, pelo fato de saberem que estão abaixo ou acima do peso, mas não tomaram nenhuma atitude para resolver essa situação.

A tabela 1 mostra que foram predominantes: indivíduos do sexo feminino (53,6%), branco (35,7%), outra (35,7%), e sem companheiro (92,9%). Quanto ao trabalho remunerado, realizam com vínculo (67,9%). Em relação à escolaridade do pai, analfabeto/primário incompleto (39,3%) e primário completo a colegial incompleto (39,3%). Escolaridade da mãe, primário completo a colegial incompleto (46,4%).

A tabela 2 mostra as questões relacionadas ao peso corporal. Peso corporal, um pouco abaixo do que eu espero (42,9%) e no peso que eu espero (53,6%). Iniciativa para mudar o peso, a maioria perder peso corporal (35,7%), utilizou algum tipo de dieta, não (89,3%), algum tipo de exercício físico, não (64,3%). Ninguém vomitou, tomou laxante ou tomou alguma medicação.

## Conclusão

A falta de peso corporal e o excesso de peso corporal por si só já é um comportamento de risco para a saúde de jovens universitários. Aspectos psicossociais e demográficos integram nesse contexto. E papel de nos profissionais da Educação Física alertar esses jovens sobre os riscos que esses comportamentos podem lhe trazer no futuro.

Foi observado que os acadêmicos, em sua maioria, são jovens do sexo feminino, de 19 a 21 anos e sem companheiro. Os acadêmicos se sentem um pouco abaixo do peso que espera, ou no peso que espera. A maioria prefere perder peso, mas não faz exercício físico, nem faz alguma dieta, como também não toma laxante, nem medicação. Seria interessante que a universidade implantasse ações específicas, no sentido de orientar os acadêmicos a adotar medidas para uma maior valorização do corpo.

A pesquisa científica [5] sobre comportamento de risco relacionado ao sobrepeso ainda é escassa. Quando falamos de jovens universitários ela é ainda mais reduzida. Se tornando assim, um pouco complicado de se entender a relação do peso corporal relacionado ao comportamento de risco.

## Referências

- [1] ROMANZINI, Marcelo; FELIPE Fossati Reichert; LOPES, Adair da Silva; PETROSKI, Édio Luiz; JÚNIOR, José Cazuza de Farias. Prevalência de fatores de risco cardiovascular em adolescentes. *Cad. Saúde Pública* vol.24 no. 11 Rio de Janeiro Nov. p. 1-9. 2008.
- [2] LEGNANI, E. et al. Comportamentos de risco à saúde e excesso de peso corporal em escolares de Toledo, Paraná, Brasil. *Motri.*, Vila Real, v. 8, n. 3, jul. p.1-12. 2012
- [3] LEGNANI, Elto et al. Fatores associados ao excesso de peso corporal em escolares da tríplex fronteira: Argentina, Brasil e Paraguai. *ALAN*, Caracas, v. 60, n. 4, dic. p.1-8. 2010.
- [4] CASTRO, Inês Rugani Ribeiro de et al. Imagem corporal, estado nutricional e comportamento com relação ao peso entre adolescentes brasileiros. *Ciênc. saúde coletiva*, Rio de Janeiro, v. 15, supl. 2, Oct. p. 1-10. 2010.
- [5] ROSA, Marta F, et al. Comportamentos de risco e excesso de peso na adolescência. Revisão da literatura. *Acta Pediátrica Portuguesa Sociedade Portuguesa de Pediatria*. p.1- 7. 2012.

**Tabela 1- Caracterização da amostra segundo características socioeconômicas e demográficas**

Variável	N	%
<b>Idade</b>		
Até 18 anos	4	14,3
19 a 21 anos	15	53,6
22 a 25 anos	7	25,0
25 anos ou mais	2	7,1
<b>Sexo</b>		
Feminino	15	53,6
Masculino	13	46,4
<b>Etnia</b>		
Branco	10	35,7



FÓRUM ENSINO - PESQUISA  
EXTENSÃO - GESTÃO

# FEPEG

UNIVERSIDADE: SABERES E PRÁTICAS INOVADORAS

Trabalhos científicos • Apresentações artísticas  
e culturais • Debates • Minicursos e Palestras



**24 a 27**  
**setembro**

Campus Universitário Professor Darcy Ribeiro

www.fepeg.unimontes.br

Negro	8	28,6
Outra	10	35,7
<b>Trabalho remunerado</b>		
Não realiza	4	14,3
Realiza sem vínculo	5	17,9
Realiza com vínculo	19	67,9
<b>Estado Civil</b>		
Sem companheiro	26	92,9
Com companheiro	2	7,1
<b>Escolaridade paterna</b>		
Analfabeto/primário incompleto	11	39,3
Primário completo a colegial incompleto	11	39,3
Colegial completo a superior completo	6	21,4
<b>Escolaridade da mãe</b>		
Analfabeto/primário incompleto	8	28,6
Primário completo a colegial incompleto.	13	46,4
Colegial completo a superior completo	7	25,0

**Tabela 2- Caracterização da amostra segundo comportamento de risco relacionado ao peso corporal**

Variável	N	%
<b>Peso corporal</b>		
muito abaixo do que eu espero	1	3,6
um pouco abaixo do que eu espero	12	42,9
no peso que eu espero	15	53,6
<b>Iniciativa para mudar o peso</b>		
perder peso corporal	10	35,7
ganhar peso corporal	8	28,6
manter peso corporal	5	17,9
eu não tomei iniciativa alguma	5	17,9
<b>Utilizou algum tipo de dieta</b>		
Sim	3	10,7
Não	25	89,3
<b>Algum tipo de exercício físico</b>		
Sim	10	35,7
Não	18	64,3
<b>Vomitou ou tomou laxantes</b>		
Sim	-	-
Não	28	100,0
<b>Tomou alguma medicação</b>		
Sim	-	-
Não	28	100,0