

ESTUDO DO PERFIL ALIMENTAR, SOCIOECONÔMICO, E ANTROPOMÉTRICO DE ESTUDANTES DE UMA UNIVERSIDADE INTERNACIONAL.

Antonia antoniêta alves da silva¹

Jamile magalhães ferreira²

¹Graduanda do curso de farmácia, UNILAB; ²Orientador/Docente do ICS/UNILAB.

RESUMO

A ingestão de alimentos inadequados, se tornou um problema de saúde pública que afeta diferentes populações, incluindo universitários. Deste modo, este estudo teve como objetivo associar o índice de massa corpórea (IMC) com as variáveis sociodemográficas, consumo alimentar e perfil antropométrico de estudantes dos cursos de farmácia e enfermagem da Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira. Trata-se de uma pesquisa quantitativa, transversal, descritiva e analítica, realizada entre agosto e dezembro de 2024. A coleta de dados foi feita por meio da aplicação presencial de um questionário único. Participaram da pesquisa estudantes com mais de 18 anos, regularmente matriculados, brasileiros e internacionais, sem diagnóstico prévio de obesidade. Foram excluídos gestantes, puérperas e estudantes com distúrbios alimentares ou restrições físicas. A amostra foi calculada com base nos 525 alunos matriculados, sendo composta por 196 estudantes brasileiros e 96 internacionais, com 95% de confiança e 5% de margem de erro. A análise dos dados foi realizada no software IBM SPSS 22.0, com estatística descritiva e teste do Qui-quadrado, considerando $p < 0,05$ como estatisticamente significativo. Os resultados mostraram que cerca de 30% das mulheres e 44,6% dos homens estavam com sobrepeso. O índice de massa corpórea (IMC) não apresentou diferença significativa entre nacionalidades, exceto entre moçambicanos, que apresentaram maior prevalência de sobrepeso. O sobrepeso foi mais frequente entre os que ganhavam de 5 a 6 salários-mínimos; já a obesidade, entre os de 1 a 2 salários. O uso de antidepressivos e consumo de açúcar se associaram ao aumento do IMC e a prática de atividade física não demonstrou diferença significativa. Conclui-se que os universitários enfrentam desafios nutricionais ligados à rotina intensa, estresse e fatores socioculturais, sendo urgente a implementação de estratégias de intervenção para promover hábitos saudáveis e prevenir doenças crônicas.

Palavras- Chave: perfil socioeconômico; antropométrico; saúde

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) apresentado ao curso de graduação em Farmácia da Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro Brasileira (UNILAB), como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel em Farmácia.

¹ Graduanda em Farmácia da Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro Brasileira – UNILAB, Redenção - CE, Brasil. E-mail: antonietaalves73@gmail.com

² Farmacêutica. Doutora em Biotecnologia. Docente da Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira – UNILAB, Redenção – CE, Brasil. E-mail: jamilymagalhaes@unilab.edu.br

ABSTRACT

The consumption of inadequate food has become a public health problem that affects different populations, including university students. Thus, this study aimed to associate the body mass index (BMI) with sociodemographic variables, food consumption and anthropometric profile of students in pharmacy and nursing courses at the University of International Integration of Afro-Brazilian Lusophony. This is a quantitative, cross-sectional, descriptive and analytical research, carried out between August and December 2024. Data collection was done through the in-person application of a single questionnaire. The participants in the research were students over 18 years old, regularly enrolled, Brazilian and international, without a previous diagnosis of obesity. Pregnant women, postpartum women and students with eating disorders or physical restrictions were excluded. The sample was calculated based on the 525 enrolled students, consisting of 196 Brazilian and 96 international students, with 95% confidence and 5% margin of error. Data analysis was performed using IBM SPSS 22.0 software, with descriptive statistics and the Chi-square test, considering $p < 0.05$ as statistically significant. The results showed that approximately 30% of women and 44.6% of men were overweight. Body Mass Index (BMI) did not show significant differences between nationalities, except among Mozambicans, who had a higher prevalence of overweight. Overweight was more frequent among those earning 5 to 6 minimum wages; obesity was more frequent among those earning 1 to 2 minimum wages. The use of antidepressants and sugar consumption were associated with increased BMI, and physical activity did not show significant differences. It is concluded that university students face nutritional challenges related to intense routines, stress, and sociocultural factors, and that intervention strategies to promote healthy habits and prevent chronic diseases are urgently needed.

Keywords: socioeconomic profile anthropometric; health

1 INTRODUÇÃO

A obesidade é definida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como o acúmulo excessivo de gordura corporal, pois é uma condição complexa que aumenta o risco de infecções, reduz a imunidade, risco elevado de infecção e maior gravidade nos casos. Além de ser uma doença, é um fator de risco para outras doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs) e um desafio de saúde pública, especialmente no Brasil, onde afeta a população de baixa renda devido ao consumo crescente de alimentos processados e às condições precárias de vida. Isso evidencia a necessidade de políticas públicas externas à segurança alimentar e nutricional (Melo *et al.*, 2020).

Entre os jovens e adultos, como universitários, a obesidade e o sobrepeso apresentam desafios específicos influenciados por fatores como estilo de vida, padrões alimentares, níveis de atividade física, condições socioeconômicas e ambientais. A identificação dos fatores de risco e a compreensão de sua prevalência na sociedade são fundamentais para ampliar o conhecimento sobre a fisiopatologia da obesidade e orientar políticas públicas direcionadas às suas causas. Nesse cenário, os inquéritos nacionais de saúde desempenham um papel essencial ao oferecer dados atualizados sobre o perfil de saúde e a distribuição desses fatores, considerando as particularidades regionais (Pinto e Flores, 2021).

Vale salientar que a mobilização de profissionais da saúde busca reduzir os riscos e agravos à saúde da população, considerando que a obesidade pode desencadear ou agravar doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) como diabetes tipo II, doenças cardiovasculares, hipertensão arterial e até câncer. Estudos indicam que o comportamento sedentário e a falta de atividade física aumentam em até 168% as chances de obesidade entre universitários. Esse período é marcado por mudanças significativas nos hábitos alimentares devido a novos relacionamentos, responsabilidades e limitações de tempo (Batista *et al.*, 2023).

Os universitários enfrentam dificuldades para manter uma alimentação equilibrada, sendo influenciada pela ausência de orientação, novas interações sociais e práticas prejudiciais, como o consumo frequente de *fast food*, bebidas alcoólicas e cigarros, além da falta de atividade física. A preferência crescente por refeições fora de casa, motivada pela praticidade e pelo status associado, intensifica essa problemática (Costa *et al.*, 2021). Portanto, este estudo tem como objetivo analisar as variáveis sociodemográficas, o consumo alimentar e perfil antropométrico em estudantes universitários da Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB).

2 METODOLOGIA

Trata-se de um estudo com abordagem quantitativa, transversal, descritivo e analítico que buscou analisar as variáveis sociodemográficas, o consumo alimentar e perfil antropométrico em estudantes universitários da Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB), localizada no interior do Ceará. A coleta de dados ocorreu entre agosto a dezembro de 2024, tempo necessário para que a maior quantidade de estudantes pudesse participar. O questionário só poderia ser respondido uma única vez por cada participante e envolveu a investigação de dados sociodemográficos, tais como idade, sexo, estado civil, escolaridade, semestre, nacionalidade, bem como dados antropométricos, atividade física, medicamento, religião e consumo alimentar. Vale destacar que as variáveis foram analisadas em correlação com o IMC dos participantes.

Inicialmente, foram estabelecidos critérios de inclusão que consistiam em alunos regularmente matriculados nos cursos de Farmácia e Enfermagem da instituição mencionada, com idade a partir de 18 anos, de ambos os sexos, brasileiros e internacionais, desde o primeiro semestre do curso, sem diagnóstico confirmado de obesidade e que concordassem em assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), disponibilizado antes do preenchimento do formulário. Os critérios de exclusão incluíram, mulheres grávidas ou puérperas, estudantes com histórico de distúrbios alimentares e aqueles cuja condição física impossibilitava a medição de peso, altura e composição corporal.

O recrutamento dos participantes deu-se através de diálogos, destacando-se o objetivo da pesquisa e a importância do conhecimento, especialmente, de seus dados antropométricos. Assim, inicialmente, os participantes recebiam uma explicação detalhada sobre o estudo, em seguida, consentiam formalmente a participação, assinando o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

A coleta de dados foi realizada por meio de um questionário físico, aplicado de forma presencial, garantindo-se o alcance de uma amostra representativa dos estudantes universitários. Desse modo, o período para a coleta de dados seguiu a disponibilidade de horário do discente, com duração de aproximadamente 20 minutos, sendo 15 minutos para o questionário e 5 minutos para as medidas antropométricas (realizada em balança digital do fabricante *Xiaomi – My body composition scale 2*). Salienta-se que para a medição da altura foi utilizado uma fita métrica. Salienta-se que todos os procedimentos com os participantes foram realizados nos corredores da UNILAB e em salas de aula, sempre respeitando os intervalos de almoço e o término das provas.

Cada entrevistado teve sua altura e peso medidos por ocasião da realização da entrevista, e a partir dos dados foi calculado o IMC através da divisão do peso (kg) pelo quadrado da altura (m), sendo o resultado obtido categorizado entre normal, sobrepeso e obeso. Coletivamente, esse indicador é utilizado para classificar os sujeitos em eutróficos (IMC entre 18,5 e 24,9kg/m²), sobrepeso (IMC entre 25 e 29,9kg/m²) e obesos (IMC igual ou acima de 30kg/m²) (Zago, 2022).

Conforme informações obtidas em consulta à Pró-Reitoria de Graduação da Unilab, em maio de 2024, a UNILAB possuía 212 alunos matriculados no curso de Farmácia e 313 no curso de Enfermagem. No curso de farmácia, 170 eram brasileiros e 42 internacionais, enquanto no curso de Enfermagem 228 eram brasileiros e 85 internacionais. Diante desse quantitativo de estudantes matriculados regularmente, foi realizado um cálculo amostral para população finita, com uma margem de erro de 5% e grau de confiança de 95%, totalizando 196 discentes brasileiros e 96 internacionais para compor a amostra.

Os dados coletados foram armazenados no software Microsoft Excel® e analisados com o pacote estatístico IBM SPSS 22.0. A análise dos dados incluiu estatística descritiva por meio da frequência absoluta e, para verificar a relação entre as variáveis do estudo, foi utilizado o teste Qui-quadrado. Para interpretação do teste Qui-quadrado foi utilizado o p-valor (*p-value*), sendo esse, uma medida estatística usada para determinar a significância dos resultados de um teste. Um p-valor menor que 0,05 ($p < 0,05$) indica que há evidências estatisticamente significativas para rejeitar a hipótese nula, ou seja, sugere que a variável analisada tem uma associação relevante com o desfecho estudado (Rosa *et al.*, 2024).

O estudo seguiu as diretrizes da Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde, garantindo os direitos e deveres dos participantes com base nos princípios de autonomia, não maleficência, beneficência e justiça. Ademais, a pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, sob o parecer nº 6.990.511 e CAAE: 82027224.6.0000.5576.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram analisadas as informações sociodemográficas de um total de 296 discentes dos cursos de Farmácia e Enfermagem do Instituto de Ciências da Saúde. Deste modo, os dados coletados forneceram um panorama detalhado sobre o perfil dos participantes, incluindo aspectos como idade, gênero, curso de graduação, índice de massa corpórea (IMC) e outras informações relevantes para a pesquisa. A seguir, são apresentados os principais achados do

estudo.

Dentre todos os entrevistados, pouco mais de 2/3 (68,7%; n=204) foram do sexo feminino, a grande maioria residentes em Redenção (45,9%; n=135) e Acarape (27,9%; n=83), sendo que 96 são de origem internacional (32,4%). A imensa maioria dos entrevistados apresentavam idade menor ou igual a 22 anos (45,8%; n=135), estado civil solteiro (97,3%; n=289) e sem filhos (98,0%, n=291), com renda familiar de até 2 salários-mínimos (94,3%; n=262/296). Como todos são universitários, a grande maioria possui ensino médio ou técnico concluídos (92,6%; n=274), sendo que 58,8% (n=174) foram do curso de farmácia e os demais, 41,2% (n=122) foram do curso de enfermagem. Em relação a religião, pouco mais da metade (50,0%; n=163/296) se declararam católicos e 34,8% (n=87/296) evangélicos. A grande maioria reside em ambiente urbano (93,5%; n=264), em residência com 3 ou mais moradores (85,2%; n=237) (Tabela 1).

A partir disso, pode-se perceber que esses resultados fornecem uma visão inicial e importante dos discentes, destacando características demográficas, como sexo e idade, bem como aspectos relacionados às condições socioeconômicas. Assim, essas informações são fundamentais para compreender melhor o contexto e as necessidades dos discentes dentro do âmbito universitário.

Tabela 1- Caracterização das variáveis sociodemográfica dos estudantes dos cursos de farmácia e enfermagem da UNILAB.

<i>Variável</i>		<i>N</i>	<i>%</i>
<i>Sexo</i>	Feminino	204	68,7%
	Masculino	92	31,3%
<i>Idade</i>	19-22	135	45,8%
	23-26	124	41,8%
	27-30	28	9,4%
	>30	9	3%
<i>Cidade</i>	Redenção	135	45,9%
	Acarape	83	27,9%
	Barreira	19	6,4%
	Baturité	12	4,2%
	Aracoiaba	11	3,7%
	Outros	36	11,9%
<i>País de Origem</i>	Angola	57	19,2%
	Guiné Bissau	23	7,7%
	Moçambique	13	4,4%
	São Tome e Príncipe	3	1,0%
	Brasil	200	67,7%
<i>Estado Civil</i>	Solteiro	289	97,3%
	Casado	6	2,0%
	Viúvo	1	0,7%
<i>Filhos</i>	Sim	5	2,0%
	Não	291	98,0%
<i>Grau de Escolaridade</i>	Ensino Médio	138	46,8%
	Ensino Técnico	136	45,8%
	Ensino Superior	22	7,4%

<i>Curso</i>	Farmácia	174	58,8%
	Enfermagem	122	41,2%
<i>Semestre</i>	1-3	108	36,8%
	4-6	113	38,0%
	7-9	64	21,5%
	≥10	11	3,7%
<i>Religião</i>	Católico	163	50,0%
	Espírita	6	1,1%
	Evangélico	87	34,8%
	Nenhuma	40	14,1%
<i>Renda Familiar</i>	<1 SM	159	58,4%
	1 a 2 SM	103	35,9%
	3 a 4 SM	29	3,3%
	5 a 6 SM	5	2,4%
<i>Zona de Residência</i>	Urbana	264	93,5%
	Rural	32	6,5%
<i>Número de Moradores</i>	1	5	4,6%
	2	54	10,2%
	3	92	30,1%
	4	103	50,0%
	>5	42	5,1%

Legenda: Outros = Guaiuba, Pacatuba, Capistrano, Maracanaú, Mulungu, Pajuçara, Itapiúna, Pacoti, Guaramiranga, Pacajus, Fortaleza (cidades com menos de 10 participantes); SM= salário-mínimo.

Fonte: Tabela sociodemográfica (2024).

O predomínio de estudantes do sexo feminino em cursos da área da saúde pode estar relacionado ao fato de que as mulheres, em geral, demonstram maior interesse pela manutenção, promoção e prevenção da saúde em comparação aos homens. Desse modo, quanto à faixa etária, essa fase é marcada pelo ingresso na universidade, período em que os estudantes assumem novas responsabilidades, incluindo decisões profissionais e escolhas alimentares que podem impactar sua saúde de forma positiva ou negativa ao longo da vida (Costa *et al.*, 2020).

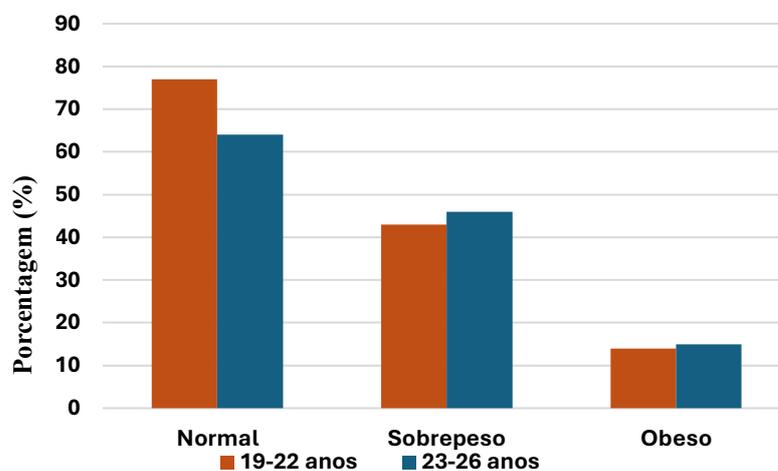
Além disso, essa etapa é crucial, pois a rotina intensa e as limitações de tempo fazem com que a alimentação seja frequentemente alterada. É importante destacar através de estudos, que muitos estudantes acabam optando por alimentos industrializados e hipercalóricos devido à praticidade, o que pode influenciar diretamente seu estado nutricional (Costa *et al.*, 2020).

Cada entrevistado teve sua altura e peso medidos por ocasião da realização da entrevista, e a partir dos dados foi calculado o IMC através da divisão do peso (kg) pelo quadrado da altura (m), sendo o resultado obtido categorizado entre normal, sobrepeso e obeso. No que se refere a faixa etárias prevalentes e IMC, observou-se comportamentos semelhantes entre os indivíduos de 19 e 22 anos em comparação com aqueles de faixa etária de 23 a 26 anos (Figura 1). Ressalta-se, que a média de idade da amostra foi de $23,34 \pm 3,2$ anos, com idades variando entre 19 e 41 anos.

A partir disso, podemos perceber que fatores como ingresso na universidade, aumento do nível de estresse e mudanças nos hábitos alimentares contribuem significativamente para esse

cenário. Jovens entre 23 a 26 anos, que já estão mais independentes, podem enfrentar desafios adicionais: muitos moram sozinhos ou têm uma rotina intensa, o que os leva a optar por alimentos rápidos e ultraprocessados, em detrimento de refeições balanceadas. Além disso, a carga horária de estudos pode dificultar o planejamento alimentar, fazendo com que os jovens acabem ficando com sobrepeso, assim como está destacado no gráfico (Rocha *et al.*, 2020).

Figura 1- Distribuição do índice de massa corpórea (IMC) de acordo com a faixa etária dos discentes universitários.



Fonte: Silva e Ferreira (2024).

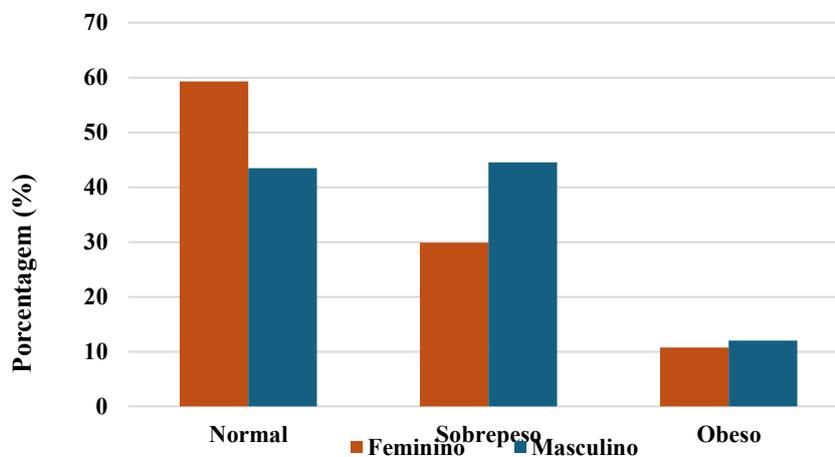
Analisando o gênero associado ao IMC, foi constatado que cerca de 30% das mulheres (n=61/204) apresentaram sobrepeso, enquanto entre os homens esse percentual foi de 44,57% (n=41/92) com a mesma condição. A análise estatística indicou uma associação significativa entre os grupos, com um valor de $p=0,031$ ($p<0,05$), sugerindo que a prevalência de sobrepeso foi maior entre os homens em comparação com as mulheres (Figura 2). Esse achado indica que o fator sexo pode estar associado ao excesso de peso nessa população, possivelmente influenciado por diferenças metabólicas, hormonais, comportamentais ou de estilo de vida.

Estudos apontam que os homens tendem a acumular mais gordura na região abdominal, o que pode estar relacionado a um maior risco de complicações metabólicas. Além disso, comportamentos alimentares, devido a um maior consumo de alimentos ultraprocessados e menor adesão a práticas saudáveis, podem também influenciar os resultados observados (Fonseca, 2022).

Portanto, os resultados reforçam a importância de estratégias de intervenção direcionadas para cada grupo, considerando suas particularidades fisiológicas e comportamentais, a fim de

promover a adoção de hábitos mais saudáveis e reduzir os impactos do sobrepeso na saúde a longo prazo.

Figura 2 - Distribuição do índice de massa corpórea (IMC) de acordo com o gênero de discentes universitários.



Fonte: Silva e Ferreira (2024).

Associando-se o IMC com a nacionalidade (brasileiros e internacionais), não foi evidenciada nenhuma influência dessa variável nos participantes do estudo (Figura 3).

De acordo com Martins *et al* (2022), os estudantes estrangeiros apresentaram uma prevalência de 81% maior de insegurança alimentar grave ou moderada em relação aos brasileiros, refletindo desafios da mobilidade acadêmica internacional. Deste modo, salienta-se que a vulnerabilidade desses estudantes, especialmente os internacionais, está associada a dificuldades alimentares decorrentes do processo migratório, incluindo distância da família, moradias compartilhadas e mudanças nos hábitos alimentares.

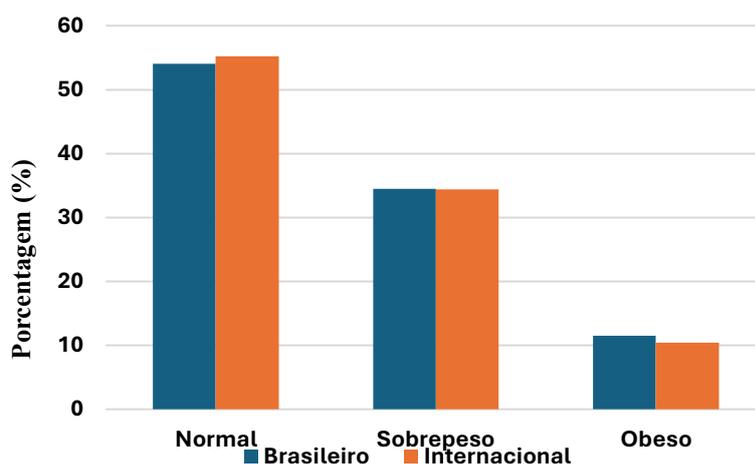
Assim, evidencia-se na literatura científica que os estudantes internacionais possuem maior prevalência de sobrepeso e isso pode ser explicado devido as mudanças alimentares, consumo elevado de ultraprocessados, estresse migratório, dificuldades financeiras e redução da atividade física (Sossou *et al.*, 2022).

Ademais, a necessidade de adaptação a novos comportamentos e relações sociais pode levar as mudanças nos padrões alimentares, devido a disponibilidade de alimentos diferentes daqueles consumidos em seu país de origem. Deste modo, muitas vezes, há um choque entre os hábitos alimentares tradicionais e as opções oferecidas no novo ambiente, principalmente devido à globalização da alimentação, que impõe novos padrões de consumo e acesso a alimentos ultraprocessados. Esse cenário reforça a importância de compreender como a

vivência em uma nova cultura pode impactar a nutrição e a saúde dos estudantes internacionais (Silva *et al.*, 2020).

Apesar dos achados não corroborarem com os do presente estudo, reforça-se a importância de um olhar mais atento para os estudantes internacionais. É fundamental oferecer suporte para o controle do peso e a adaptação alimentar, contribuindo para a promoção da saúde e a redução dos riscos de doenças.

Figura 3 - Distribuição do índice de massa corpórea (IMC) de acordo com a nacionalidade dos discentes universitários.



Fonte: Silva e Ferreira (2024).

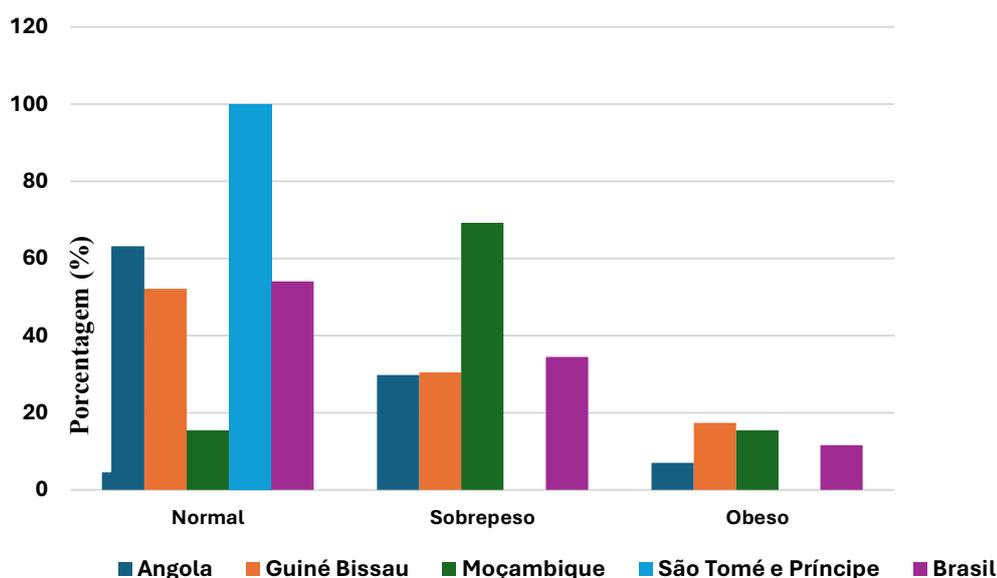
Porém, estratificando-se ainda mais os dados, em que os internacionais foram categorizados por sua nacionalidade, constatou-se que os discentes de Angola e Guiné Bissau apresentaram perfil de IMC muito semelhante aos dos brasileiros, enquanto os provenientes de Moçambique possuíam um quantitativo maior para valores de IMC associado ao sobrepeso (69,23%; n=9/13). No entanto, essa associação não foi estatisticamente significativa ($p=0,084$) (Figura 4).

É importante destacar que esses achados podem ser discutidos através dos fatores de risco cardiovascular predominantes nesses países e suas relações com hábitos alimentares, estilo de vida e políticas de saúde pública. Outrossim, é o aumento do sobrepeso entre estudantes moçambicanos que podem estar relacionado a uma maior prevalência de fatores de risco, como padrões alimentares menos equilibrados e menor acesso a políticas de prevenção eficazes. De acordo com Nascimento *et al* (2021), nos Países de Língua Portuguesa da África, incluindo Guiné-Bissau, foi evidenciado aumento no consumo de álcool. Esse aspecto pode influenciar

tanto o ganho de peso quanto a incidência de doenças metabólicas e cardiovasculares nessa população.

Por conseguinte, a semelhança entre os estudantes de Angola, Guiné-Bissau e os brasileiros em relação ao IMC sugere que esses grupos compartilham hábitos alimentares e estilos de vida mais próximos, possivelmente devido à influência cultural e à adaptação alimentar durante a estadia no Brasil. Todavia, o sobrepeso mais elevado entre moçambicanos reforça a necessidade de estratégias específicas para esse grupo, considerando as particularidades nutricionais e metabólicas associadas à sua nacionalidade.

Figura 4 - Distribuição do índice de massa corpórea (IMC) de acordo com os países da Comunidade dos Países de Língua Portuguesa de origem dos discentes universitários.



Fonte: Silva e Ferreira (2024).

Avaliando-se os discentes quanto ao curso do nível superior e o IMC, constatou-se que a incidência de pessoas com obesidade no curso de enfermagem (15,57%; n=19/122) é quase o dobro daqueles no curso de farmácia (8,05%; n=14/174) (Figura 5).

Vale destacar que a maior incidência de obesidade entre os estudantes de Enfermagem pode estar relacionada à rotina intensa desses acadêmicos, muitos dos quais já atuam como técnicos de enfermagem em regime de plantão, o que prejudica a alimentação e a qualidade de vida. Além disso, o resultado pode ser justificado pelo fato dos estudantes do curso de Farmácia terem acesso à disciplina de bromatologia, o que contribui para maior conhecimento sobre alimentação e pode favorecer hábitos mais saudáveis.

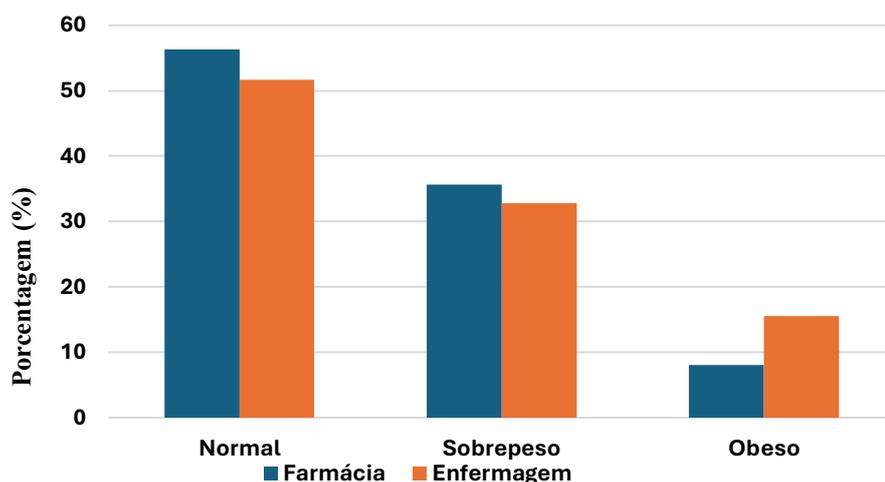
A literatura preconiza que a autopercepção corporal entre universitários de enfermagem e farmácia apresenta elevada prevalência, o que pode indicar preocupações com o próprio peso e

imagem corporal. Contudo, essa percepção pode variar entre os cursos, influenciada pelo contexto e pela cultura profissional. Assim, enquanto os estudantes de farmácia podem estar mais voltados para aspectos químicos e farmacológicos da saúde, os de enfermagem possuem maior contato direto com pacientes, o que pode gerar maior impacto emocional e psicológico em relação à obesidade e seus determinantes (Melo *et al.*, 2023).

Ademais, as competências dos profissionais de saúde estão diretamente ligadas às suas crenças e valores culturais. Isso levanta um questionamento sobre até que ponto questões pessoais e internas desses estudantes podem afetar sua própria saúde e suas atitudes em relação a indivíduos com sobrepeso e obesidade. Em virtude disso, a rotina exaustiva e o estresse acadêmico também podem ser fatores determinantes, influenciando padrões alimentares e níveis de atividade física de forma diferente entre os cursos (Geissler e Korz, 2020).

Nesse sentido, a diferença na prevalência da obesidade pode, portanto, refletir não apenas características individuais dos alunos, mas também aspectos do ambiente acadêmico e das exigências específicas de cada formação profissional.

Figura 5 - Distribuição do índice de massa corpórea (IMC) de acordo com o curso de graduação dos discentes universitários.



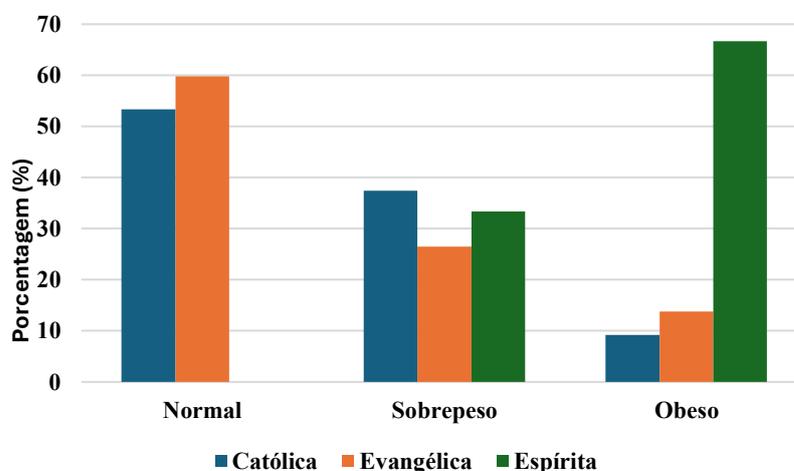
Fonte: Silva e Ferreira (2024).

Em relação a religião, observou-se que o IMC considerado normal foi praticamente igual entre católicos (53,37%; n=87/163) e evangélicos (59,77%; n=52/87), mas se distribuem de forma diferente entre os que apresentam sobrepeso e obesidade nas duas religiões. Foi constatada associação significativa entre os grupos, com valor de $p=0,002575$ ($p<0,05$) (Figura 6).

Os resultados obtidos demonstraram uma associação significativa entre religião e IMC, pois pode estar ligada a diferentes fatores, como hábitos alimentares, estilo de vida, crenças sobre saúde e bem-estar, além do impacto emocional e psicológico da espiritualidade. Sabe-se que algumas religiões promovem restrições alimentares específicas, jejuns periódicos ou um estilo de vida mais regrado, o que pode influenciar o peso corporal. Por outro lado, crenças que valorizam a alimentação como um aspecto de celebração e comunhão podem contribuir para um maior consumo alimentar, favorecendo o ganho de peso (Seibert *et al.*, 2020).

É importante ressaltar que a religiosidade pode impactar os níveis de estresse e ansiedade, que por sua vez influenciam o comportamento alimentar e o metabolismo. A relação entre espiritualidade e saúde também pode estar associada ao acesso e adesão a práticas saudáveis, como a prática de atividades físicas e o acompanhamento médico.

Figura 6 - Distribuição do índice de massa corpórea (IMC) de acordo com a religião declarada pelos discentes universitários.



Fonte: Silva e Ferreira (2024).

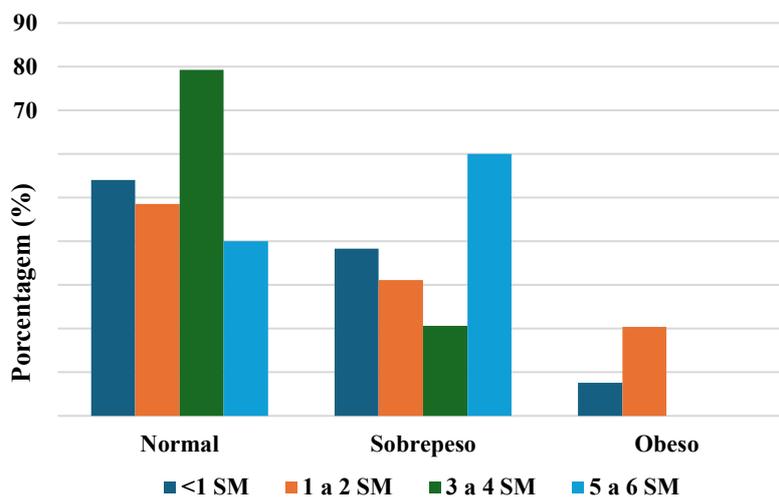
Categorizando-se quanto a renda familiar e associando ao IMC, constatou-se que o índice de obesidade está mais presente dentre aqueles com renda familiar de 1 a 2 SM (20,30%; n=21/103). É interessante notar que a incidência de sobrepeso sofre redução à medida que se aumenta a renda familiar até renda de 3 a 4 SM, passando de 38,36% para 31,07% e 20,69%. A análise revelou uma associação estatisticamente significativa entre os grupos ($p=0,001641$), destacando que a renda familiar pode influenciar de maneira importante e complexa a distribuição do IMC (Figura 7).

Sendo assim, apesar da possibilidade de frequentar academias, ter acompanhamento nutricional e consumir alimentos mais saudáveis, a rotina intensa e as responsabilidades do

trabalho acabam impactando negativamente seus hábitos diários. O estresse, por sua vez, está associado a cargos de maior responsabilidade que pode levar à alimentação emocional, ao consumo frequente de *fast food* e refeições ultraprocessadas, além da ingestão excessiva de bebidas alcoólicas (Queiroz e Menezes, 2022).

Sendo assim, a falta de tempo para preparar refeições caseiras e a necessidade de comer fora frequentemente fazem com que a dieta se torne rica em calorias e pobre em nutrientes essenciais. Além disso, essas pessoas passam grande parte do tempo sentadas, seja em reuniões, seja em frente ao computador, o que reduz a prática de atividades físicas e contribui para o acúmulo de peso. Outrossim, é o impacto da privação de sono, já que jornadas de trabalho intensas e pressão constante podem afetar o descanso, levando a alterações hormonais que aumentam o apetite e reduzem o metabolismo. Assim, mesmo tendo condições financeiras para investir na saúde, a realidade do dia a dia acaba tornando difícil manter hábitos saudáveis, mostrando que a obesidade e o sobrepeso não são apenas uma questão de acesso, mas de equilíbrio entre rotina, alimentação e bem-estar (Queiroz e Menezes, 2022).

Figura 7- Distribuição do índice de massa corpórea (IMC) de acordo a renda familiar declarada dos discentes universitários.



Legenda: SM = Salário mínimo.

Fonte: Silva e Ferreira (2024).

Em busca de encontrar fatores que estejam relacionados ao aumento do IMC entre os entrevistados, deparou-se com um fato relacionado ao uso de medicamentos, em que, dentre aqueles que fazem uso de medicamentos como antidepressivos e ansiolíticos (n=13), 84,62% (n=11) estão com sobrepeso ou obesos. Não se buscou avaliar qual a relação entre o IMC e os medicamentos, pois tanto pode ser um efeito colateral do uso da medicação, como o próprio

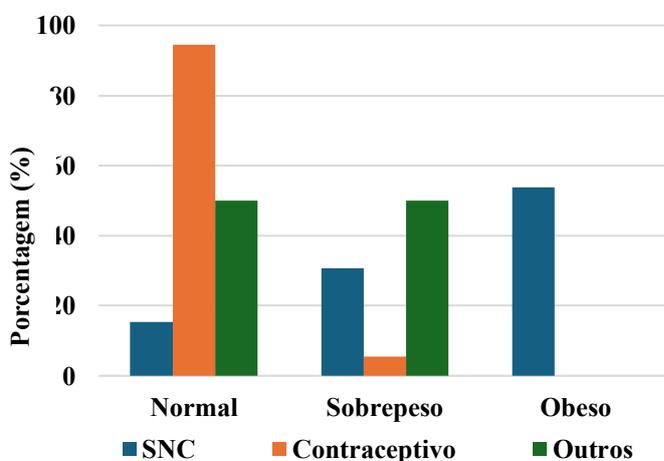
IMC pode ter levado os entrevistados a sentirem a necessidade do uso dos medicamentos. ($p=3,119 \times 10^{-6}$) (Figura 8).

Salienta-se ainda, que dentre os entrevistados, apenas 33 (11,1%) disseram fazer uso de medicamentos, sendo que dentre estes 54,5% (n=18) fazem uso de contraceptivo e 39,4% (n=13) fazem uso de medicamentos que atuam no sistema nervoso (antidepressivos ou ansiolíticos).

A partir disso, percebe-se que os pacientes com transtornos psiquiátricos apresentam maior risco de desenvolver distúrbios metabólicos, sendo o ganho de peso uma queixa frequente entre os pacientes. Os antidepressivos e ansiolíticos, comumente utilizados no tratamento dessas condições, podem contribuir significativamente para esse ganho, especialmente com o uso prolongado. Esse efeito colateral não só dificulta o controle do peso, como também está relacionado ao aumento do risco de doenças cardiovasculares e metabólicas, podendo levar ao abandono do tratamento e à piora do quadro psiquiátrico (Solis *et al.*, 2022).

Sendo assim, há uma busca crescente por alguns desses medicamentos com o objetivo de perder peso, o que é preocupante. Apesar de certos fármacos poderem, inicialmente, provocar uma discreta perda de peso, estudos mostram que, a longo prazo, o efeito costuma se estabilizar ou até se reverter para ganho. Assim sendo, por atuarem no sistema nervoso central, esses psicotrópicos podem interferir no humor, comportamento e bem-estar geral, exigindo cautela no seu uso (Franco *et al.*, 2022).

Figura 8 - Distribuição do índice de massa corpórea (IMC) de acordo com os medicamentos utilizados pelos discentes universitários.



Legenda: Outros = Anticolinérgicos, Antidepressivos tricíclicos, Ansiolíticos, Inibidores seletivos da recaptação da serotonina, Corticosteroides, Inibidor da bomba de prótons e Anticonvulsivantes.

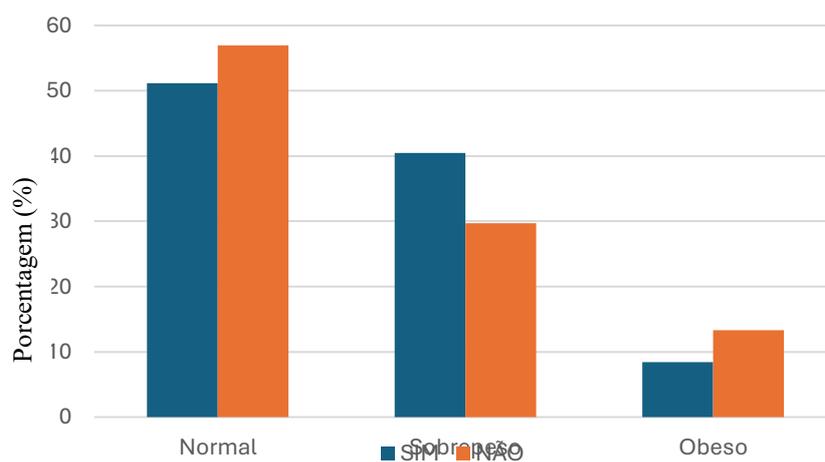
Fonte: Silva e Ferreira (2024).

Quando perguntado aos entrevistados sobre a prática de atividade física, dentro da categoria IMC normal, aqueles que responderam que praticam (51,15%; n=67/131) foi quase igual aos que não praticam (56,97%; n=94/165). Nos demais grupos observou-se maior diferença, sendo ainda mais evidente dentre os obesos, em que os que praticam atividade física são apenas 8,40% (n=11/131) e os que não praticam atividade física são 13,33% (n=22/165). Apesar de não ter sido observada uma associação estatisticamente significativa ($p=0,105$) entre os grupos em relação à prática de atividade física, a análise descritiva aponta informações interessantes (Figura 9). Destaca-se, que entre os indivíduos com IMC normal, a prática de atividade física se distribui de forma quase equilibrada. No entanto, ao observar os grupos com sobrepeso e obesidade, nota-se uma diferença sobre a prática de exercícios.

Evidencia-se que os indivíduos com sobrepeso apresentam uma maior adesão à prática de atividade física quando comparados aos obesos, o que pode indicar um esforço ativo para reverter o ganho de peso e melhorar a saúde. Todavia, este grupo pode estar mais sensível às mudanças corporais recentes e ainda manter uma maior mobilidade e disposição física, o que facilita o início e a manutenção de práticas de autocuidado, como o exercício físico (Figueiredo *et al.*, 2022).

Por outro lado, o percentual reduzido de obesos que praticam atividade física pode refletir uma série de barreiras enfrentadas por esse grupo. Ainda assim, questões como limitações físicas, dores articulares, desmotivação, histórico de insucessos com tentativas de emagrecimento, estigma social e falta de apoio adequado podem contribuir para a menor adesão a comportamentos saudáveis. Entretanto, a obesidade mais avançada muitas vezes está associada a quadros mais complexos de comorbidades, o que pode dificultar ainda mais a prática regular de exercícios (Figueiredo *et al.*, 2022).

Figura 9 - Distribuição do índice de massa corpórea (IMC) de acordo com a prática de atividade física declarada pelos discentes universitários.

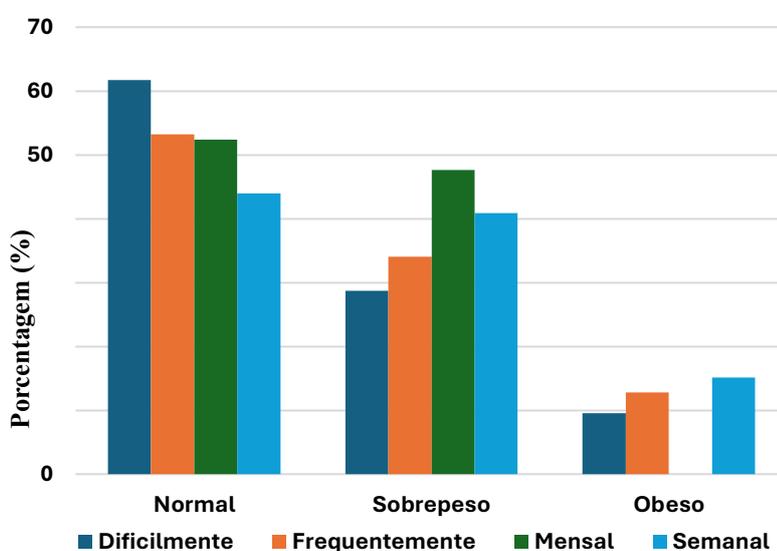


Fonte: Silva e Ferreira (2024).

No que se refere ao consumo de alimentos ultraprocessados, ficou evidente que quanto menos se consome, maior é a tendência à normalidade do IMC do indivíduo. Ao aumentar a frequência de consumo deste tipo de alimento, aumenta-se também a incidência de pessoas com sobrepeso e obesidade. Através dos resultados obtidos, percebeu-se uma tendência clara: quanto menor o consumo de alimentos ultraprocessados, maior é a probabilidade de o indivíduo apresentar um IMC dentro da faixa de normalidade. Em contrapartida, o aumento da frequência de ingestão desses alimentos se mostrou relacionado a uma maior prevalência de sobrepeso e obesidade. Embora a associação observada não tenha alcançado significância estatística ($p=0,16$), o padrão alimentar identificado, marcado pela presença de alimentos ultraprocessados, mostrou-se associado à obesidade (Figura 10).

Esse achado reforça evidências já descritas na literatura científica, que demonstram a associação entre o consumo de alimentos ultraprocessados e desfechos negativos à saúde, como ganho de peso e desenvolvimento de doenças crônicas. Por conseguinte, estudos anteriores também indicam que esse padrão de consumo é mais comum entre indivíduos mais jovens, o que representa uma preocupação adicional no que se refere à saúde pública, tendo em vista o potencial de manutenção desse hábito alimentar ao longo da vida e suas consequências cumulativas (Santos e Conde, 2021).

Figura 10 - Distribuição do índice de massa corpórea (IMC) de acordo com o consumo de alimentos ultraprocessados declarados pelos discentes universitários

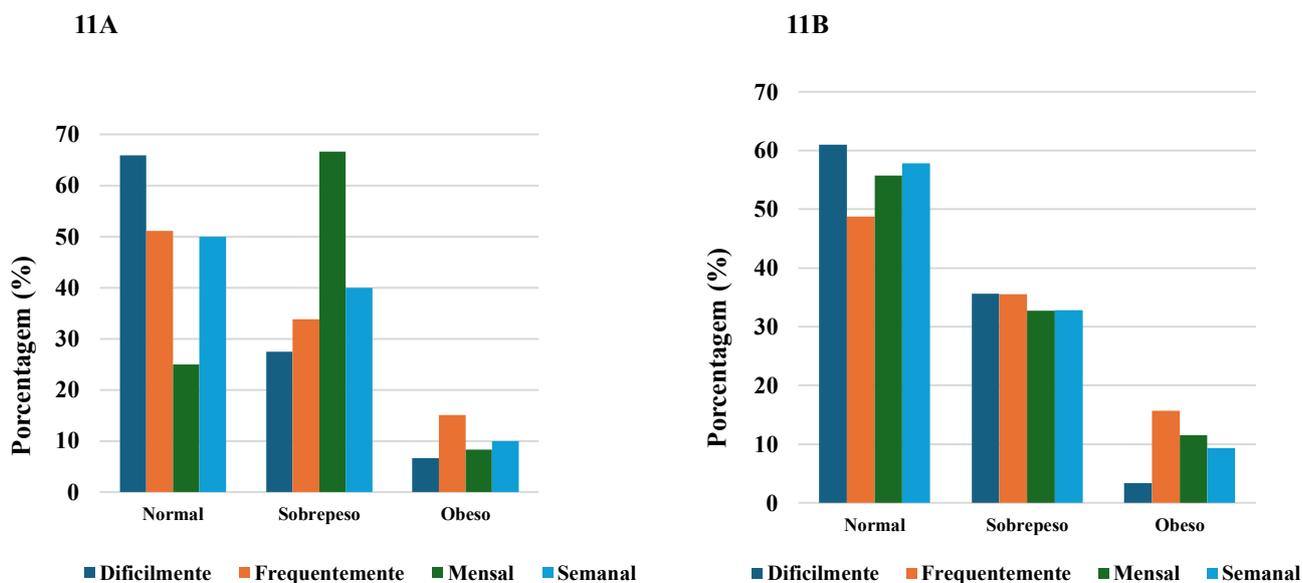


Fonte: Silva e Ferreira (2024).

Perfis semelhantes aos demonstrados na Figura 10 são observados quanto ao consumo de alimentos ricos em açúcares ($p = 0,033$) e ricos em gorduras saturadas ($p = 0,310$), ficando evidente que são estes os fatores predominantemente causais para a maior incidência de sobrepeso e obesidade, sendo ainda maior naqueles em que há maior consumo de alimentos ricos em açúcares. Apenas no que se refere ao consumo de açúcares houve associação significativa entre os grupos ($p=0,033$) (Figura 11).

Quadra *et al* (2022) confirmam os achados deste estudo, pois, mostra uma associação positiva entre o consumo de alimentos ultraprocessados (AUP), como refrigerantes, *fast food* e bebidas açucaradas com o aumento do IMC e do percentual de gordura corporal. Assim, o autor destaca ainda que os padrões alimentares ricos em guloseimas, batatas fritas, hambúrgueres, pizzas e bebidas gaseificadas são ligados a maior gordura corporal. Os mecanismos propostos para essa associação incluem o alto índice glicêmico dos AUP, que provoca picos de glicose e rápida metabolização, além do alto teor de açúcar e gordura, que aumentam o potencial de consumo ao ativar áreas cerebrais relacionadas ao vício e à recompensa. Os alimentos que são ricos em açúcares e gorduras saturadas são apontados como fatores causais predominantes para o sobrepeso e a obesidade.

Figura 11 - Distribuição do índice de massa corpórea (IMC) de acordo com a frequência de ingestão de açúcares (11A) e gorduras saturadas (11B) declarada pelos discentes universitários.

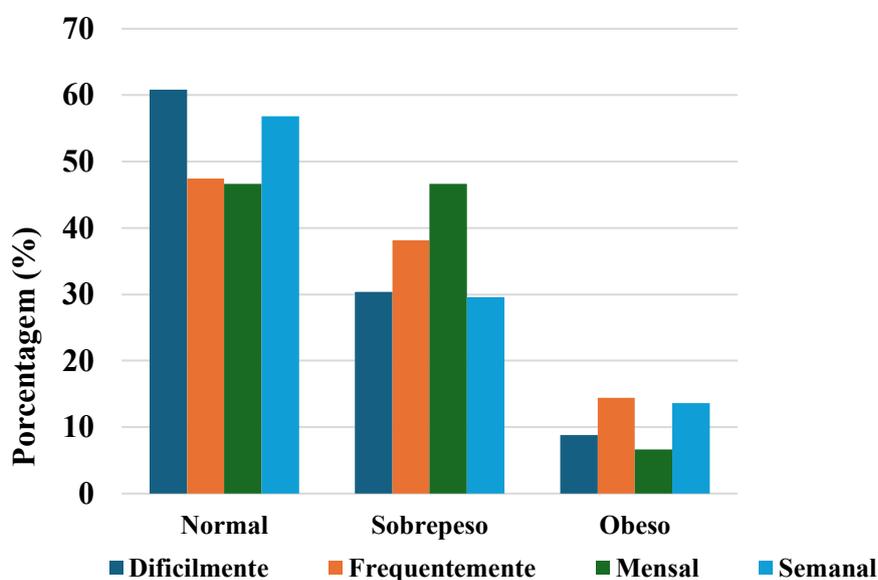


Fonte: Silva e Ferreira (2024).

Para piorar ainda mais a situação, em que o sobrepeso ou obesidade podem estar associados a hipertensão, os entrevistados que admitiram consumo de alimentos ricos em sal de forma frequente e mensal apresentaram maiores valores de incidência de sobrepeso e obesidade. Constituem assim grupos de risco para diabetes, hipertensão e toda uma gama de doenças advindas de hábitos alimentares incompatíveis com a saúde. Considerando que o nível de significância é $p < 0,05$, é possível notar que não houve significância estatística, pois o valor de $p = 0,310$ (Figura 12).

A combinação desses fatores que agrava o risco de doenças crônicas não transmissíveis, como diabetes e hipertensão, só reforça a necessidade urgente de estratégias de prevenção, como educação alimentar, rotulagem adequada e políticas públicas voltadas à redução do consumo de sal (Mill *et al.*, 2021).

Figura 12- Distribuição do índice de massa corpórea (IMC) de acordo com o consumo de sal frequente declarado pelos discentes universitários.



Fonte: Silva e Ferreira (2024).

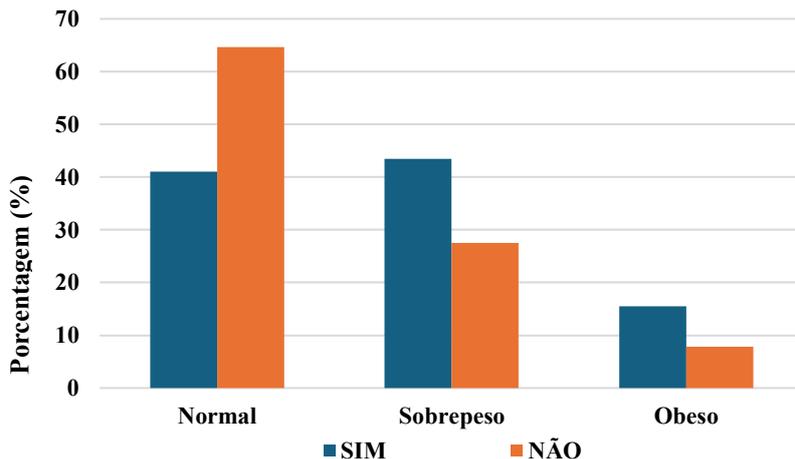
Perguntado se os entrevistados fizeram dieta, o resultado encontrado possui um padrão interessante, pois é muito mais frequente a realização da dieta por aqueles que são obesos (15,50%; $n=20/129$) do que os obesos que não fazem dieta (7,78%; $n=13/167$). O inverso ocorre entre os que se apresentam com IMC normal, pois é o caso destes que fazem dieta (41,09%; $n=53/128$), em comparação aos que não fazem dieta (64,67%; $n=108/167$) (Figura 13). Existe associação significativa entre os grupos. Assim sendo, existe uma diferença observada entre os grupos, sendo este estatisticamente significativa ($p = 0,00024$), o que significa que esses

padrões não ocorreram ao acaso e refletem uma associação real entre a prática de dieta e a condição corporal (IMC).

A partir dos dados obtidos e a literatura pesquisada, observou-se que a prática de dietas entre indivíduos com diferentes classificações de IMC reflete um padrão condizente com o comportamento alimentar observado em outras pesquisas. Logo, pessoas com obesidade tendem a realizar dietas como tentativa de controle ou redução de peso, seja por motivação pessoal, estética ou recomendação médica. Em contrapartida, os indivíduos com peso normal tendem a seguir dietas mesmo sem necessidade clínica evidente, pois busca a manutenção de um corpo mais saudável ou prevenção de ganho de peso.

Esses achados corroboram com a confirmação de que o comportamento alimentar é fortemente influenciado pela percepção corporal e pelo estado nutricional. Ademais, a significância estatística observada reforça a existência de uma associação real entre a condição corporal e a decisão de aderir a uma dieta, o que deve ser considerado em estratégias de educação nutricional.

Figura 13 - Distribuição do índice de massa corpórea (IMC) de acordo com a realização de dieta declarada pelos discentes universitários.



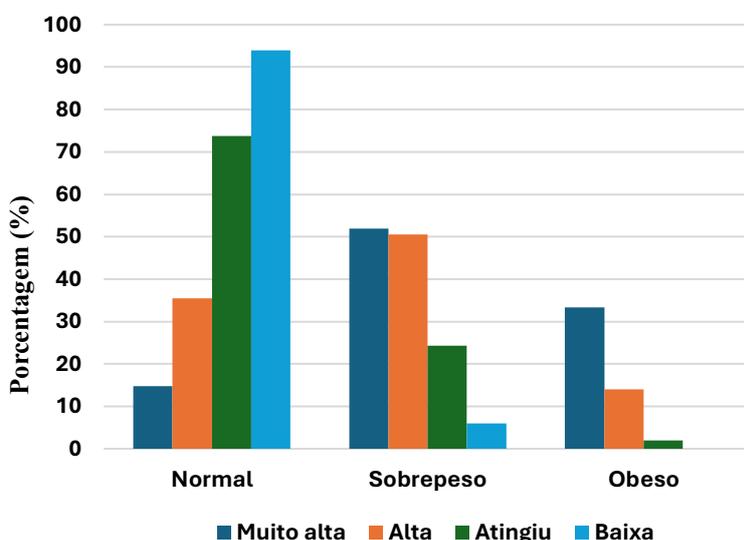
Fonte: Silva e Ferreira (2024).

Avaliando-se os dados obtidos por bioimpedância, o item “gordura corporal” mensurado entre os entrevistados foi bastante coerente com o IMC, em que o baixo índice de gordura corporal foi encontrado em 47 dos 50 indivíduos normais (94,00%). Ao mesmo tempo, os maiores índices de gordura corporal foram encontrados exatamente entre os entrevistados que se apresentavam com sobrepeso e obeso. Nesse sentido, obteve-se uma forte evidência estatística de associação, com p-valor de $5,042 \times 10^{-19}$ (Figura 14).

A partir da análise realizada do IMC e do percentual de gordura corporal, constatou-se que o IMC se mostra uma ferramenta útil para a triagem do estado nutricional, embora apresente limitações, como a incapacidade de distinguir entre massa magra e massa gorda. Nesse sentido, a bioimpedância surge como um método complementar importante, confirmando a tendência já conhecida de que o aumento do IMC está, geralmente, associado a um maior acúmulo de gordura corporal (Favarato, 2021).

Além disso, a estatística encontrada nesse cruzamento de variáveis reforça essa associação, indicando que os resultados observados não ocorreram ao acaso, mas refletem uma relação real entre o estado nutricional dos discentes e sua composição corporal. Dessa forma, os achados ressaltam a importância de abordagens multidimensionais na avaliação do risco metabólico e na formulação de estratégias de prevenção e intervenção em saúde, considerando não apenas o peso corporal, mas também a qualidade desse peso (Favarato, 2021).

Figura 14 - Distribuição do índice de massa corpórea (IMC) de acordo com a variação da composição corporal dos discentes



Fonte: Silva e Ferreira (2024).

4 CONCLUSÃO

Embora não se possa afirmar uma relação direta de causa e efeito, os resultados obtidos evidenciam que, mesmo entre universitários um grupo que, teoricamente, apresenta maior nível de instrução, o consumo de alimentos ultraprocessados, ricos em açúcares, gorduras e sal,

permanece alarmantemente elevado. Isso só reflete os altos índices de sobrepeso e obesidade observados, especialmente entre os que não adotam práticas alimentares saudáveis.

Assim, a análise revelou que, apesar de muitos estudantes apresentarem índice de massa corporal dentro da normalidade, aqueles que fazem algum tipo de dieta demonstraram maior consciência e cuidado com a alimentação, enquanto os que não adotam esse hábito concentraram-se entre os perfis com excesso de gordura corporal. Sendo assim, o olhar farmacêutico sobre esses dados permite destacar a importância da prevenção e da promoção da saúde a partir da alimentação adequada, compreendendo que a nutrição é também um componente terapêutico e preventivo na luta contra doenças crônicas como hipertensão e diabetes.

Torna-se evidente, diante desse cenário, a necessidade urgente de ações educativas e intervenções direcionadas não apenas aos estudantes diretamente envolvidos, mas a toda a comunidade universitária. A expectativa é que esses futuros profissionais da saúde possam reconhecer os riscos associados à má alimentação e atuem como agentes multiplicadores de práticas saudáveis em suas comunidades.

Entretanto, é importante destacar algumas limitações deste estudo, como o recorte geográfico restrito, o perfil predominantemente de jovens e solteiro dos participantes, e a ausência de acompanhamento longitudinal. Esses fatores podem influenciar na generalização dos resultados. Dessa forma, recomenda-se a realização de novos estudos, com abrangência maior e análise de variáveis comportamentais e socioeconômicas mais amplas, para aprofundar a compreensão sobre os determinantes do estado nutricional e dos hábitos alimentares entre universitários.

REFERÊNCIAS

Batista CA, Pereira AS, Dias JF, Santos CRB, Aquino LA, Leão LSCS, *et al.* Caracterização do ambiente alimentar de uma universidade pública do estado do Rio de Janeiro. **Cad. Saúde Colet.**, Rio de Janeiro, 31(1), p. 02-11, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1414-462X202331010492>. Acesso em: 18 fev. 2025.

Brasil. Ministério da Saúde. **Indicadores e Dados Básicos de Saúde**, Brasil, Ministério da Saúde do Brasil, 2020. Disponível em: www.saude.gov.br. Acesso em 26 jan.2025.

CASTRO, Amanda Canário de; MACHADO, Virgínia Campos. Significações da obesidade e estratégias de cuidado. *In: II CONGRESSO BRASILEIRO DE SAÚDE PÚBLICA*, v.11, n. 27., 2023, Rio de Janeiro, **Anais...** Rio de Janeiro, p. 375-398, 2023. Disponível em: <https://ime.events/ii-conbrasp/pdf/9486>. Acesso em: 20 fev. 2025.

COSTA, Carolina Godoi Ribeiro; MONACO, José Eduardo Wakasugi del; COELHO, Matheus Diniz Gonçalves; FERREIRA, Gislene. PERFIL ALIMENTAR E ANTROPOMÉTRICO DE UM GRUPO DE UNIVERSITÁRIOS DA ÁREA DA SAÚDE: food and anthropometric profile of a group of students of healthcare. **Revista Ciências Saúde.**, São Paulo, 6(1), p.24-33, 2021. Disponível em: <https://revistaeletronicafunvic.org/index.php/c14ffd10/article/view/225>. Acesso em: 25 jan. 2025.

COSTA, Vanessa Vieira Lourenço; SANTOS, Thaís de Oliveira Carvalho Granado; SANTOS, Ana Carlene Ferreira dos; AGUIAR, Marília Magalhães; SÁ, Naíza Nayla Bandeira de; AINETT, Waléria do Socorro de Oliveira; ARAËJO, Marília de Souza. A PERCEPÇÃO DA AUTOIMAGEM CORPORAL E PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM UNIVERSITÁRIOS / THE BODY SELF-IMAGE PERCEPTION AND PHYSICAL ACTIVITY PRACTICE IN COLLEGE STUDENTS. **Brazilian Journal Of Development.**, Curitiba, v. 6, n.11, p. 90508-90524, 2020. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8039169>. Acesso em: 18 mar. 2025.

FAVARATO, Desiderio. Obesidade, Gordura Corporal e Desfecho Cardiovascular: além do índice de massa corporal. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia.** Sociedade Brasileira de Cardiologia., [S.I], v. 116, n. 5, p. 887-888, 2021. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.36660/abc.20210074>. Acesso em: 16 mar. 2025.

FIGUEIREDO, Bárbara Queiroz de; MENDES, Gabriel Antunes Ribeiro; CUNHA, Ítalo Íris Boiba Rodrigues da; DIAS, Joab Nascimento; CUNHA, Lara Lima Pereira da; SANTOS, Livia Maysa da Silva; SILVEIRA, Maitê Bonfim Nogueira; OLIVEIRA, Marco Aurélio Marques de; GOMES, Symonne Araújo; ARAËJO, Paulo da Costa. Transtornos alimentares: etiologias, fatores desencadeantes, desafios de manejo e métodos de triagem. **Research, Society And Development.**, [S.I.], v. 11, n. 12, p. 1-8, 2022. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/363552143_Transtornos_alimentares_etiologias_fatores_desencadeantes_desafios_de_manejo_e_metodos_de_triagem. Acesso em: 19 fev. 2025.

FONSECA, Maiara Sandre. **Maturação sexual precoce e o excesso de peso em adolescentes Brasileiros.** 2022. 76 f. Dissertação (Mestrado em Saúde Coletiva) - Centro de Ciências da Saúde, Universidade Federal do Espírito Santo, Vitória, 2022. Disponível em:

https://sappg.ufes.br/tese_drupal/tese_16880_05.%20Disserta%E7%E3o%20Maiara.pdf. Acesso em: 15 mar. 2025.

FRANCO, Jéssyka Viana Valadares; ROSA, Liandra Viana; PRETO, Silne Maria Lopes Rio. Uso de Antidepressivos em Adolescentes: uma revisão sistemática da literatura. **Revista Cereus.**, [S.I.], v. 14, n. 1, p. 1-16, 2022. Disponível em: file:///C:/Users/Usuario/Downloads/Uso_de_Antidepressivos_em_Adolescentes_uma_Revisao.pdf. Acesso em: 15 mar. 2025.

GEISSLER, Maria Eduarda; KORZ, Vanessa. Atitudes de enfermeiros de equipe da Saúde da Família em relação à obesidade. **Revista Demetra: Alimentação, Nutrição & Saúde.**, [S.I.], v. 15, p. 1-12, 2020. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/demetra/article/view/46085>. Acesso em: 03 mar. 2025.

MARTINS, Natália Caldas; PINTO, Nilson Vieira; DOMENEGUETTI, Jardenia Chaves; FROTA, Mirna Albuquerque; MARTINS, Mariana Cavalcante; ROLIM, Karla Maria Carneiro. SITUAÇÃO DE (IN)SEGURANÇA ALIMENTAR DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS DA REDE PÚBLICA DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19. **Conex. Ci. e Tecnol.**, Fortaleza- Ceara, v. 17, n. 1, p. 1-10, 2022. Disponível em: <https://conexoes.ifce.edu.br/index.php/conexoes/article/view/2525>. Acesso em: 24 abr. 2025.

MELO, Silvia Pereira da Silva de Carvalho; CESSE, Eduarda Ângela Pessoa; LIRA, Pedro Israel Cabral de; FERREIRA, Lisianny Camilla Cocri do Nascimento; RISSIN, Anete; BATISTA FILHO, Malaquias. Sobrepeso, obesidade e fatores associados aos adultos em uma área urbana carente do nordeste brasileiro. **Rev. Bras. epidemiol.**, [S.I.], v. 23, p. 02-14, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbepid/a/d3Mg79yX3bTkDBS3hc55LLw/?lang=pt>. Acesso em: 30 abr. 2025.

MELO, Ana Paula; CASTANHO, Pablo; MORAES, Maristela de Melo; SANTOS, Ana Beatriz Macêdo Venâncio dos; COSTA., Rayssa Gomes da; SANTOS, Gracielle Malheiro dos. AUTOIMAGEM CORPORAL E ATITUDES NEGATIVAS SOBRE A OBESIDADE ENTRE UNIVERSITÁRIOS DE NUTRIÇÃO, ENFERMAGEM E FARMÁCIA. **Revista de Ciências da Saúde Nova Esperança**, [S.I.], v. 21, n. 2, p. 170-181, 2023. Disponível em: <https://revista.facene.com.br/index.php/revistane/article/view/807>. Acesso em: 02 fev. 2025.

PINTO, Fernando Ferro; FLORES, Lucinar Jupir Forner. **Obesidade e nível de atividade física em universitários de região de fronteira**. 2021. 73f. Dissertação (Mestrado em Saúde Pública em Região de Fronteira) – Universidade Estadual do Oeste do Paraná, Foz do Iguaçu, 2021. Disponível em: https://tede.unioeste.br/bitstream/tede/5686/5/Fernando_Ferro_Pinto_2021.pdf. Acesso em: 23 fev. 2025.

QUADRA, Micaela Rabelo; SCHÄFER, Antônio Augusto; CASCAES, Fernanda de Bittencourt da Silva; MELLER, Fernanda de Oliveira. Associação entre o consumo de alimentos ultraprocessados e a composição corporal de adolescentes. **Revista Baiana de Saúde Pública.**, [S.I.], v.46,n.3,p.70-84,2022. Disponível em: <https://rbsp.sesab.ba.gov.br/index.php/rbsp/article/view/3301>. Acesso em: 04 fev. 2025.

MILL, José Geraldo; MALTA, Deborah Carvalho; NILSON, Eduardo Augusto Fernandes; MACHADO, Ísis Eloah; JAIME, Patrícia Constante; BERNAL, Regina Tomie Ivata;

CARDOSO, Laís Santos de Magalhães; SZWARCOWALD, Célia Landman. Fatores associados ao consumo de sal na população adulta brasileira: pesquisa nacional de saúde. **Ciência & Saúde Coletiva.**, [S.I.], v. 26, n. 2, p. 555-567, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.org/pdf/csc/2021.v26n2/555-567/pt>. Acesso em: 16 mar. 2025.

QUEIROZ, Beatriz Carvalho Agra de; MENEZES, Gabriela Maria Azevedo Carício de. **Associação entre estresse e comportamento alimentar em estudantes universitários de uma instituição particular do Recife.** 2022. 24 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Curso de Graduação em Nutrição)- Instituto de Medicina Integral, Faculdade Pernambucana de Saúde, Recife, 2022. Disponível em: <https://tcc.fps.edu.br/bitstream/fpsrepo/1519/1/Associa%20entre%20estresse%20e%20comportamento%20alimentar%20em%20estudantes%20universit%20rios%20de%20uma%20institu%20a%20particular%20do%20Recife.pdf>. Acesso em: 02 fev. 2025.

ROSA, Claudio Damião; OHARA, David; MENUCHI, Marcos Rodrigo T. Pinheiro. Tutorial para Realização Do Teste Do Qui-Quadrado de Pearson no Excel e IBM SPSS. **Licere - Revista do Programa de Pós-Graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer.**, [S.I.], v. 27, n. 3, p. 1-11, 2024. Disponível em: [file:///C:/Users/Usuario/Downloads/Artigo+Cl%20udio%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/Usuario/Downloads/Artigo+Cl%20udio%20(2).pdf). Acesso em: 16 fev. 2025.

ROCHA, Josiane Santos Brant; FONSECA, Alenice Aliane; FREITAS, Ronilson Ferreira; ROCHA, Maria Clara Brant; MACEDO, Mônica Thais Soares; OLIVEIRA, Fernanda Piana Santos Lima de; FRANÇA, Dorothea Schmidt; CALDEIRA, Antônio Prates; POPOFF, Daniela Araújo Veloso. Fatores associados ao aumento do consumo de alimentos ultraprocessados em universitários durante o isolamento social - pandemia COVID-19. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento.**, São Paulo, v. 14, n. 90, p. 1222-1230, 2020. Disponível em: <https://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/1542>. Acesso em: 12 jan. 2025.

SANTOS, Iolanda Karla Santana dos; CONDE, Wolney Lisbôa. Variação de IMC, padrões alimentares e atividade física entre adultos de 21 a 44 anos. **Ciência & Saúde Coletiva.**, [S.I.], v. 26, n. 2, p. 3853-3863, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.org/pdf/csc/2021.v26suppl2/3853-3863/pt>. Acesso em: 12 fev. 2025.

SEIBERT, Helena; SCHOEN, Teresa Helena; VITALLE, Maria Sylvia de Souza. **A influência da frequência a grupos religiosos no imc e nos hábitos alimentares de adolescentes.** Ciências das Religiões., [S.I.], p.39, 2020. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/347095297_A_INFLUENCIA_DA_FREQUENCIA_A_GRUPOS_RELIGIOSOS_NO_IMC_E_NOS_HABITOS_ALIMENTARES_DE_ADOLASCENTES. Acesso em: 20 mar. 2025.

SOLIS, Eric Augusto; LEONELLO, César de Magalhães Rocha; MENDES-GOMES, Joyce. Alteração de peso em pacientes em tratamento com antidepressivos: revisão narrativa. **Research, Society And Development.**, [S.I.], v. 11, n. 12, p. 1-12, 2022. Disponível

em:

file:///C:/Users/Usuario/Downloads/Alteracao_de_peso_em_pacientes_em_tratamento_com_a.pdf. Acesso em: 17 jan. 2025.

SOSSOU, Irina Sidoine.; SILVA, G. E. M. da.; OLIVEIRA, C. E. P. de.; MOREIRA, O. C. Bioimpedância elétrica na avaliação da composição corporal: uma revisão dos princípios biofísicos, diferentes tipos, aspectos metodológicos, validade e aplicabilidade de suas medidas. **RBONE - Revista Brasileira De Obesidade, Nutrição E Emagrecimento.**, [S.I], 16(102), 596-604, 2022. Disponível em: <https://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/2051>. Acesso em: 15 fev. 2025.

SILVA, R. d. C.; PEREIRA, M.; CAMPELLO, T.; ARAGAO, E.; GUIMARAES, J.M. d. M.; FERREIRA, A. J.; BARRETO, M. L.; SANTOS, S. M. C. d. Implicações da pandemia covid-19 para a segurança alimentar e nutricional no PANDEMIA DA COVID-19 no brasil. *Ciência & Saúde Coletiva.*, Brasil, v. 25, n. 1, p. 3421-3430, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/mFBrPHcbPdQCPdsJYN4ncLy/>. Acesso em: 17 mar. 2025.

ZAGO, Mayla Angelini. Satisfação do peso corporal frente à percepção da imagem corporal e IMC. **Rev. de Alim. Cult. Américas -Raca**, [S.I], v. 2, n. 3, p. 65-76, dez. 2022. Disponível em: <https://raca.fiocruz.br/index.php/raca/article/view/140>. Acesso em: 20 mar. 2025.