



XX MOSTRA DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA
XII SALÃO DE EXTENSÃO, PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO
3 A 6 DE OUTUBRO DE 2022



COMPORTAMENTO ALIMENTAR E ESTRESSE EM UNIVERSITÁRIOS DO VALE DO PARANHANA-RS: UM ESTUDO COMPARATIVO ENTRE GRADUANDOS EM INÍCIO E FINAL DE CURSO

Área temática: Psicologia
Forma de apresentação: Oral
Resultado do trabalho: Final

Paula Katriani Pereira Martins⁶⁸; Milton José Cazassa⁶⁹

RESUMO:

O objetivo deste trabalho foi investigar as relações entre comportamento alimentar e estresse em estudantes de um centro universitário do vale do Paranhana-RS. Foram avaliados 89 estudantes, com idades entre 18 e 67 anos, média de 30,2 anos (desvio-padrão = 10,3 anos), de diversas graduações. Utilizou-se questionário autoaplicável, contendo uma escala de avaliação do padrão alimentar (Three Factor Eating - Versão em português brasileiro), escala de avaliação do estresse (Escala do Estresse Percebido-PSS), e questionário de dados sociodemográficos. Após análise dos dados, encontrou-se como principais resultados correlações positivas entre o estresse e a alimentação emocional e a alimentação descontrolada. Na comparação dos escores de PSS e TFEQ-R21, entre alunos do primeiro e último semestre da formação não foram encontradas diferenças significativas, apesar dos estudantes relatarem que a qualidade da alimentação piorou a partir do ingresso da universidade e, ainda mais, quando o curso foi se aproximando do fim. Dessa forma, os resultados encontrados reforçam a preocupação com a saúde alimentar e qualidade de vida da população acadêmica, fazendo-se necessário pensar em estratégias e intervenções que abordem a temática comportamento alimentar e enfrentamento ao estresse em estudantes universitários.

Palavras-Chaves: Comportamento alimentar. Estresse. Universitários.

Referências:

ALVARENGA, Marle; FIGUEIREDO, Manoela; Comer Intuitivo. In: ALVARENGA, Marle; et al (org.). Nutrição Comportamental. Editora Manole, 2015.p. 237-262.

ALVES, Hayda Josiane; BOOG, Maria Cristina Faber. Comportamento alimentar em moradia estudantil: um espaço para promoção da saúde. Revista de Saúde Pública, v. 41, p. 197-204, 2007.

ARIÑO, Daniela Ornellas, BARDAGI, Marúcia Patta. Relação entre Fatores Acadêmicos e a Saúde Mental de Estudantes Universitários. Psicologia em Pesquisa, v.12, n.3, p. 44-52, Setembro- Dezembro, 2018.

⁶⁸ Acadêmica das Faculdades Integradas de Taquara - FACCAT. paulamartins@sou.faccat.br

⁶⁹ Orientador. Faculdades Integradas de Taquara - FACCAT. miltoncazassa@sou.faccat.br