

PERFIL DOS HÁBITOS ALIMENTARES DE UNIVERSITÁRIOS QUE MORAM FORA DE SUAS RESIDÊNCIAS FIXAS, DO CURSO DE GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO, DAS FACULDADES INTEGRADAS DE SANTA FÉ DO SUL/SP

TRABUCO, Janaina Pires *
PEREIRA, Kadyne Heloíse Canova **
Orientador(a): PIRES, Ariadine

As exigências fisiológicas para suprir as necessidades do organismo de um indivíduo estão relacionadas com o hábito de uma alimentação adequada em nutrientes necessários. O objetivo do estudo foi avaliar o perfil dos hábitos alimentares de universitários, que moram fora de suas residências fixas, do curso de graduação em nutrição, das Faculdades Integradas de Santa Fé do Sul, S.P. Foi realizada uma pesquisa quantitativa e qualitativa, por intermédio de dados estatísticos entre os alunos que cursam entre o 1º e 4º ano do curso de nutrição, os quais responderam um questionário, com dados relacionados à alimentação. O resultado do estudo foi obtido a partir dos dados coletados e organizados em tabelas e gráficos, com teste de média, transformando-os em informações, os quais, alimentos consumidos pelos estudantes, qualidade, variedade, frequência com que se alimentam local onde fazem as principais refeições e modo de preparo das mesmas. Pode-se afirmar que os hábitos alimentares dos estudantes universitários, que moram fora do lar, sofreram alterações após ingressar na universidade, provocadas por diversos fatores como a falta de tempo, influência de amigos, lugar onde se alimentam e principalmente ausência de uma pessoa que possa preparar as suas refeições, tais mudanças que colaboram para que os jovens tenham este comportamento errôneo, quando se trata de alimentação saudável.

Palavras-chave: Hábitos alimentares. Universitários. Nutrição.

* FUNEC, janainasfs1@hotmail.com

** FUNEC, kadyne_sfs@hotmail.com