Avaliação da prevalência de sobrepeso, do perfil nutricional e do nível de atividade física nos estudantes de medicina da Universidade de Ciências da Saúde de Alagoas - UNCISAL

Evaluation of the prevalence of overweight, nutritional profile and the level of physical activity in the students of medicine of the Alagoas Sciences of the Health University - UNCISAL

¹Simone Schwartz Lessa ²Arthur Cabús Montenegro

¹Professora da disciplina de Saúde Coletiva da Faculdade de Medicina de Alagoas da Universidade de Ciências da Saúde de Alagoas - UNCISAL.

²Acadêmico do 5º ano da Faculdade de Medicina de Alagoas da Universidade de Ciências da Saúde de Alagoas - UNCISAL.

Trabalho realizado na Faculdade de Medicina de Alagoas da UNCISAL

RESUMO

Objetivos: O objetivo deste estudo foi verificar a prevalência de sobrepeso, o perfil nutricional e o nível de atividade física nos estudantes da Faculdade de Medicina da UNCISAL.

Métodos: Foram avaliados acadêmicos do 1º ao 6º ano de medicina num total de 120 pessoas, sendo 104 homens e 16 mulheres. Para a avaliação dos dados foram utilizados apenas os dos acadêmicos do sexo masculino. Para determinação de sobrepeso foram utilizados os parâmetros da OMS 2002: IMC = P/A², em que P = Peso (quilos) e A = Altura (metros), dado: IMC > 25Kg/m² = sobrepeso; IMC > 30Kg/m² = Obesidade. Para o nível adequado de atividade física foi considerado como duas ou mais vezes por semana de atividade física.

Resultados: As prevalências de sobrepeso foram: 1° ano – 18,75%; 2° ano – 47,4%; 3° ano – 52,6%; 4° ano – 65%; 5° ano – 66,7% e 6° ano - 83,3% entre os estudantes de medicina. Dos 104 acadêmicos, 64,4% revelaram não praticar nenhum tipo de atividade física regular (1° ano – 56,25% e 6° ano – 64,42%), enquanto apenas 37% o faziam ao menos duas vezes por semana. O perfil nutricional foi avaliado por meio de recordatório alimentar.

Conclusão: Concluímos que a prevalência de sobrepeso aumenta à medida que os acadêmicos de medicina vão se aproximando do final do curso, sendo também relacionada ao sedentarismo crescente e à alimentação inadequada.

Descritores: Prevalência. Sobrepeso. Estudante de medicina. Atividade física. Nutrição.

Correspondência: Simone Schwartz Lessa

Rua Jorge de Lima, 113, Trapiche CEP: 57010-300 - Maceió - AL Telefone: (082) 3326-7537 E-mail: ss.lessa@uol.com.br

INTRODUÇÃO

Inúmeras doenças são causadas por nutrição inadequada e falta de atividade física (sedentarismo), sendo a obesidade, consequência do sobrepeso, geralmente fator desencadeante de outras comorbidades. A obesidade pode ser definida como uma doença caracterizada pelo acúmulo excessivo de gordura corporal, sendo consequência de um balanço energético positivo, o qual acarreta repercussões à saúde, com perda importante da qualidade de vida. É considerada hoje uma doença crônica, que atinge milhões de pessoas em todo o mundo. A obesidade tem relação direta ou indireta com o aumento de incidência de doenças com hipertensão arterial, diabetes melito tipo II, dislipidemias, colecistopatias, esteatose hepática e artropatias degenerativas, bem como sua influência na incidência do câncer de mama ou endométrio, vesícula biliar e de cólon1. Ainda relacionado a essa mesma assertiva, a OMS (Organização Mundial de Saúde) indica que cerca de 1/4 das pessoas no mundo todo tem soprepeso e estão relacionadas com o hábito alimentar e falta de atividade física¹⁴. Há alguns anos, as prevalências de sobrepeso e obesidade em populações adultas vêm crescendo não só em países desenvolvidos como também nos países em desenvolvimento. Tal fato é também verificado em estudos com universitários de medicina conferindo ao excesso de gordura corporal proporções epidêmicas¹¹⁻¹³. Um ponto relevante quanto à verificação da prevalência da gordura corporal excessiva na universidade refere-se aos efeitos danosos que podem surgir à saúde de pessoas que terão como profissão cuidar da saúde de outros seres humanos. Dados populacionais encontram-se no Estudo Nacional da Despesa Familiar (ENDEF), realizado em 1974-75; na Pesquisa Nacional sobre Saúde e Nutrição (PNSN), realizado de junho a setembro de 1989; e na Pesquisa sobre Padrões de Vida (PPV), realizada

em 1996-97, somente nas regiões Sudeste e Nordeste do país; e nas Pesquisas de Orçamentos Familiares – POF da Fundação IBGE de 2003.

Estudo com estudantes de medicina da América Latina, realizado na Universidade de Valparaiso no Chile, verificou a prevalência de 88% de inatividade física entre estudantes de medicina e de sobrepeso/obesidade em 31,8% desses estudantes¹². Na Faculdade de Medicina da Universidade Peruana Cayetano (1998), a prevalência de obesidade foi de 3,76% e 26,30% de sobrepeso e ainda 3,76% de hipercolesterolemia entre os estudantes de medicina dessa faculdade¹³. Num estudo da Escola Valencia de Medicina da Universidade de Carabobo na Venezuela (1999-2000), foi observado uma prevalência de hipertensos de 23,6% entre os estudantes de medicina¹¹. No Brasil, o excesso de peso estava presente em 41,1% dos homens e em 40% das mulheres, sendo que sob a classificação da OMS, o sobrepeso estava presente em 32,2% dos homens e 26,9% nas mulheres e obesidade afetava 8,9% dos homens e 13,1% das mulheres adultas do país⁷.

Num recente estudo feito pela SESRS (Secretaria Estadual de Saúde do Rio Grande do Sul), foi observado que dentre os fatores de risco para DCV (Doenças cardiovasculares) houve uma prevalência de 55,1% de sobrepeso ou obesidade entre a população adulta⁸. O objetivo do presente estudo foi descrever as prevalências de sobrepeso e obesidade em acadêmicos da Faculdade de Medicina da Alagoas da UNCISAL, comparando os resultados obtidos em relação ao perfil nutricional e o nível de atividade física.

MÉTODOS

O presente estudo diagnóstico/acurácia foi realizado nas dependências da Faculdade de Medicina de Alagoas da UNCI-SAL, na cidade de Maceió – Alagoas. Foram incluídos neste estudo, de forma aleatória, acadêmicos regularmente matriculados na Faculdade de Medicina de Alagoas da UNCISAL, de ambos os sexos, sem limite de idade. Em média 20 acadêmicos por série/ano do curso participaram de forma voluntária. Todos os voluntários receberam e assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido após serem orientados sobre a pesquisa. Assim, o número total de sujeitos da pesquisa foi de 120 estudantes de medicina.

A distribuição dos alunos por série, prática de atividade física e IMC são apresentados na Tabela 1.

Com o intuito de viabilizar a presente pesquisa foi seguido um protocolo que constou de dados de identificação, dados antropométricos, prática de atividade física e inquérito alimentar.

A coleta de dados apenas foi iniciada após aprovação deste protocolo pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UNCISAL.

Os dados pessoais de cada sujeito da pesquisa serão conservados em total e absoluto sigilo.

Dados de identificação

Foram obtidos por meio de questionário simples, pesquisa de série, sexo, estilo de vida (prática de atividades física) e hábitos alimentares.

Dados antropométricos

Foram avaliados os seguintes dados: peso, altura, idade, circunferência da cintura, circunferência do quadril, relação cintura/quadril e impedância bioelétrica realizados na sala do pólo de saúde da família no térreo do prédio da UNCISAL, situado na Rua Jorge de Lima, 113, Trapiche, Maceió-AL.

- a) Peso corporal: o peso foi aferido em balança plataforma, da marca Filizola®, com capacidade para 250 kg e precisão de 100g, com indivíduos usando roupas leves e sem sapatos.
- b) Altura: a altura foi medida em estadiômetro de haste móvel, com o indivíduo descalço e com peso igualmente distribuído entre os pés, os braços estendidos ao longo do corpo, calcanhares juntos, tocando a haste vertical do estadiômetro.

A altura foi usada em associação com o peso na avaliação do estado nutricional, compondo o índice de massa corporal (IMC).

 $IMC = P/A^2$

Onde: P = Peso (em quilos)

A = Altura (em metros) ao quadrado

E será utilizada a classificação do IMC de acordo com a OMS, 2002 em:

IMC >
$$25$$
Kg/m² = sobrepeso
IMC > 30 Kg/m² = obesidade

c) Relação cintura/quadril: as circunferências da cintura e do quadril serão medidas com uma fita métrica inextensível de 1cm de largura. Os pontos de corte da razão cintura/quadril utilizados nesta análise serão de 1,0 para homens e 0,85 para mulheres¹⁴.

Bioimpedância elétrica

Baseia-se no princípio da condutividade elétrica para a estimativa dos compartimentos corporais. O indivíduo segurará o aparelho com as duas mãos, em pé e com os braços estendidos diante do corpo.

RESULTADOS

No total foram avaliados 120 acadêmicos, sendo 104 (86,7%) do sexo masculino e 16 (13,3%) do sexo feminino. Foi avaliada uma média de 20 alunos por série/ano de curso. Devido à amostra aumentada de estudantes do sexo masculino, o estudo ficou restrito à análise das variáveis com este gênero. O estudo foi realizado ao longo do ano de 2006. A idade variou de 18 a 40 anos. Pudemos observar um alto índice de prevalência de sobrepeso (55,77%) entre os estudantes de medicina, sendo de 18,75% no primeiro ano do curso e 83,3% no sexto ano (Tabela 1), verificando-se um aumento progressivo da prevalência de sobrepeso entre esses estudantes (Gráfico 1). Dentre os alunos, 62% indicaram não realizar refeições adequadas

Tabela 1 - Distribuição dos participantes segundo IMC (Kg/m²) e prática de atividade física (ao menos duas vezes na semana). Do sexo masculino em 2006

Série	Total alunos	IMC < 25		IMC > 25		IMC > 30		Não pratica atividade física		Pratica atividade física	
1° ano	16	13	(81,25%)	3	(18,75%)	0	(0,00%)	9	(56,25%)	7	(43,75%)
2° ano	19	10	(52,63%)	9	(47,37%)	0	(0,00%)	11	(57,89%)	8	(42,11%)
3° ano	19	9	(47,37%)	10	(52,63%)	0	(0,00%)	11	(57,89%)	8	(42,11%)
4° ano	20	7	(35,00%)	13	(65,00%)	0	(0,00%)	11	(55,00%)	9	(45,00%)
5° ano	12	4	(33,33%)	8	(66,67%)	0	(0,00%)	10	(83,33%)	2	(16,67%)
6° ano	18	2	(11,11%)	15	(83,33%)	1	(5,56%)	15	(83,33%)	3	(16,67%)
Total	104	45	(43,27%)	58	(55,77%)	1	(0,96%)	67	(64,42%)	37	(35,58%)

Fonte: Pesquisa de campo

durante o período das aulas, principalmente o almoço (43%). No estudo, 35,58% dos estudantes praticavam atividade física regular (duas ou mais vezes por semana), enquanto que 64,42% não praticavam quaisquer atividades físicas, novamente percebe-se uma prevalência crescente no decorrer do curso, quando no primeiro ano 56,25% dos estudantes não praticavam nenhuma atividade física, enquanto esse valor aumenta para 83,33% nos estudantes do 6º ano (Gráfico 2). Dentre os voluntários apenas um apresentou IMC acima de 30 Kg/m².

Podemos observar as linhas crescentes de IMC >25Kg/m² e a ausência da prática de atividade física em estudantes de medicina, o que acarreta um sério risco de surgimento de comorbidades, principalmente as cardiovasculares.

DISCUSSÃO

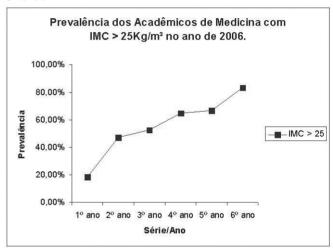
Os resultados encontrados mostram elevada prevalência de sobrepeso e sedentarismo nos universitários de medicina na UNCISAL. Comparando-se os resultados deste estudo com os demais realizados em faculdades de medicina da América Latina, verifica-se que a prevalência de sobrepeso é maior na Faculdade de Medicina de Alagoas (55,77%), que na universidade de Valparaiso no Chile (31,8%), e na Faculdade de Medicina da Universidade Peruana Cayetano (26,3%) e principalmente mais elevada que a média nacional brasileira (32,2% em homens). A prevalência de inatividade física entre os estudantes da Faculdade de Medicina da UNCISAL (64,42%) também é muito elevada.

A apresentação dos resultados do presente estudo, identificando as elevadas prevalências de sobrepeso entre estudantes de faculdades de medicina, poderá servir de incentivo à implementação de políticas internas de estímulo à atividade física, pois reduzir a prevalência de sobrepeso significa melhoria da qualidade de vida destes futuros médicos, cuidadores da saúde de outros cidadãos.

CONCLUSÃO

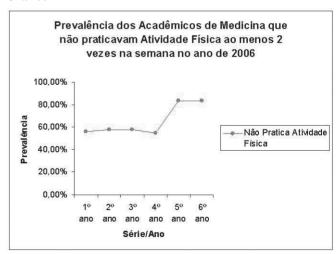
Após análise do presente estudo, pode-se observar a alta

Gráfico 1



Fonte: Pesquisa de campo

Gráfico 2



Fonte: Pesquisa de campo

prevalência de estudantes, os quais deveriam promover a saúde, com sobrepeso, mostrando-se relação desta prevalência com o sedentarismo de jovens universitários e sua qualidade alimentar. Seria de grande valia um estudo do porquê estes alunos são sedentários, e que oportunidades possuem para melhorar sua alimentação.

Agradecimentos

Nossos agradecimentos a todos os colegas acadêmicos que, com sua paciência, participaram do processo de estudo.

Aprovação pelo comitê de ética em pesquisa da UNCI-SAL- Protocolo 424.

Organização de fomento

Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de Alagoas – FAPEAL, processo número: 2002.11.023-5.

NÃO HÁ CONFLITOS DE INTERESSE

SUMMARY

Objectives: The objective of this study was to verify the prevalence of overweight, the nutricional profile and the level of physical activity in the students of the Medical School of UNCISAL.

Methods: It has evaluated students from 1st to 6th year of medicine in a total of 120 students. Being 104 men and 16 women, to analize the data it used only the men. For the overweight determination the parameters of OMS 2002 were used: $IMC = P/A^2$, where P = Weight (kilos) and = Height (meters), data: $IMC > 25Kg/m^2 = overweight$; $IMC > 30Kg/m^2 = Obesity$. For adequate level of physical activity it was considered at least two or more times per week of physical activity practice.

Results: The prevalences of overweight had been: 1st year - 18,75%; 2nd year - 47,4%; 3rd year - 52,6%; 4th year - 65%; 5th year - 66.7% and 6th year - 83.3% between the medicine students. Of 104 students 64.4% answered they did not use to practise any type of regular physical activity (1st year - 56.25% and 6th year - 64.42%), while only 37% used to practice physical activity at least two times per week. The nutricional profile was evaluated, through the alimentary questionary.

Conclusion: It concluded that the prevalence of overweight, increases as the students approach to the end of the course, and it is related to the increasing non practing physical activities and the inadequate feeding.

Key words: Prevalence. Overweight. Medicine, student. Physical activity. Nutrition.

REFERÊNCIAS

- Souza, Luiz J. de l. Prevalência de obesidade e fatores de risco cardiovascular em Campos, Rio de Janeiro. Arquivo Brasileiro Endocrinologia Metabolismo. Dez 2003; 47(6): 669-76.
- Barros MVG, Cunha FJP, Silva Júnior, AG. Educação Física Escolar na Perspectiva da Promoção da Saúde. Corporis Revista da Escola Superior de Educação Física da Universidade de Pernambuco, Recife PE. 1997; 2(2):47-53
- Da Silva Neta, ML Caracterização da Obesidade e sua associação com hábitos alimentares e atividade física. Maceió-AL. 2005, Trabalho de conclusão de curso. p. 05-12
- 4. Depiné J Programa ajuda funcionário de hipermercado a alcançar o peso ideal com orientação sobre como comer melhor. [citado 2007 fev.] Disponível em: http://www.unitmg.universo/noticias.
- Moreno B, Monereo SAJ. Obesidade, Presente y Futuro. Madrid: Biblioteca Aula Médica; 1997.
- Nahas MV, Pires MC, Waltrick AC. Educação para Atividade Física e Saúde. Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde. 1995; 1(1):57-65.
- 7.IBGE. Pesquisa de Orçamentos Familiares POF 2002-2003.[citado 2007 out.] Disponível em:http:// www.ibge.gov.br
- Política de Alimentação e Nutrição, 2004.[citado 2007 set.] Disponível em: http://www.saude.rs.gov. br/wsa/portal/index.jsp?menu=organograma&cod= 1139
- 9. Tani G, Manoel E J, Kokubun E. Educação Física Escolar: fundamentos de uma abordagem desenvolvimentista. São Paulo: EPU, 1988. p. 150.
- Tenório EHM, Carvalho AMG, Pinheiro JC. Emagrecimento: novas técnicas e descobertas.1998.[citado em 2007 set.] Disponível em: http://www.personaltraining.com.br/treinoaerobico.html.
- 11. Vequiz B, Garcerant M, Torrealba F, Simancas M. Hipertensión arterial sistémica y sus factores de riesgo en estudiantes de la Escuela de Medicina Valencia de la Universidad de Carabobo en el período lectivo 1999-2000. Archieves Hospital Vargas 2001. jul-dic; 43(3/4):198-207.
- Mc Coll C, Peter A C, Macarena, Aros B, Johanna, Lastra CA, Pizarro SC. Prevalencia de factores de riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles en estudiantes de medicina de la Universidad de Valparaíso. Revista chilena pediatria 2002 septoct;73(5):478-82.
- Llanos Zavalaga L F, Nájar Trujillo N E, Mayca Pérez J, Rosas Aguirre A. Prevalencia de obesidad e hipercolesterolemia en la Facultad de Medicina de la Universidad Peruana Cayetano Heredia 1998. Revista médica hered 2001;12(3):78-84.
- 14. WHO World Health Organization. Obesity and overweight: What are overweight and obesity. [citado 2007 jul.] Disponível em http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/en/index.html

Artigo recebido: 17/03/2008 Aceito para publicação:17/06/2008