

FATORES DE RISCO MODIFICÁVEIS PARA DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS ENTRE ESTUDANTES MEDICINA

Júlia Wamser da Fonseca Salim¹, Anna Karoline Gomes dos Santos¹
Isabella Miranda de Souza¹, Alexandre Augusto Macêdo Corrêa^{2,3}, Gustavo Leite Camargos¹

RESUMO

Introdução: As doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) representam uma preocupação global, sendo uma das principais causas de mortalidade em todo o mundo e aumento dos fatores de risco, como obesidade, tabagismo, consumo de álcool, má alimentação e atividade física insuficiente, tem contribuído significativamente para esse cenário, sendo essa uma preocupação entre os estudantes de Medicina. **Objetivo:** investigar os fatores de risco modificáveis associados ao desenvolvimento de DCNT em alunos de Medicina. **Materiais e Métodos:** estudo transversal, realizado em uma instituição de ensino superior localizada no sudeste de Minas Gerais com 256 discentes. Foram avaliados aspectos sociodemográficos, antropométricos, de saúde e hábitos de vida. **Resultados:** a média de idade foi de 24,6 anos, com 64,8% do sexo feminino. Quanto aos fatores de risco, 40,2% apresentaram IMC acima do recomendado, sendo mais prevalente entre homens. A atividade física abaixo do recomendado foi observada em 37,9%, enquanto o tabagismo foi baixo (15,2%), e o consumo de álcool foi elevado (73,4%). O consumo inadequado de alimentos foi identificado 75% da amostra para feijão, 65,6% verduras e legumes, 80,5% frutas, 36,5% carne, 10,2% refrigerantes e sucos artificiais, 17,6% doces e 2,7% trocavam, de refeições por lanches. **Conclusão:** Este estudo destaca fatores de risco preocupantes entre estudantes de medicina, incluindo diagnósticos de DCNT e sobrepeso/obesidade, ressaltando a necessidade de estratégias preventivas. A incidência de tabagismo, consumo de álcool e hábitos alimentares desfavoráveis, especialmente entre homens, reforça a importância de intervenções adaptadas ao contexto acadêmico, como anti-tabagismo e programas de educação nutricional.

Palavras-chave: Fator de risco. Doença Crônica. Doenças não Transmissíveis.

ABSTRACT

Modifiable risk factors for non-communicable chronic diseases among Medicine students

Introduction: Non-communicable chronic diseases (NCDs) represent a global concern, being one of the leading causes of mortality worldwide. The increase in modifiable risk factors, such as obesity, smoking, alcohol consumption, poor diet, and insufficient physical activity, has significantly contributed to this scenario. This is a concern among medical students. **Objective:** To investigate modifiable risk factors associated with the development of NCDs in medical students. **Materials and Methods:** A cross-sectional study conducted at a higher education institution in southeastern Minas Gerais, involving 256 students who were interviewed through a questionnaire covering sociodemographic, anthropometric, health, and lifestyle aspects. **Results:** The mean age was 24.6 years, with 64.8% being female. Regarding risk factors, 40.2% had a body mass index (BMI) above the recommended range, with higher prevalence among men. Insufficient physical activity was observed in 37.9%, while smoking was low (15.2%), and alcohol consumption was high (73.4%). Inadequate food consumption was identified in 75% of the sample for beans, 65.6% for vegetables, 80.5% for fruits, 36.5% for meat, 10.2% for sodas and artificial juices, 17.6% for sweets, and 2.7% replaced meals with snacks. **Conclusion:** This study highlights risk factors among medical students, including diagnoses of NCDs and overweight/obesity, emphasizing the need for preventive strategies. The incidence of smoking, alcohol consumption, and unfavorable dietary habits, especially among men, reinforces the importance of interventions adapted to the academic context, such as anti-smoking and nutritional education programs.

Key words: Risk Factors. Chronic Disease. Noncommunicable Diseases.

1 - Centro Universitário Governador Ozanam Coelho, Ubá, Minas Gerais, Brasil.

INTRODUÇÃO

As doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) representam uma preocupação global, sendo uma das principais causas de mortalidade em todo o mundo. O aumento dos fatores de risco, como obesidade, tabagismo, consumo de álcool, má alimentação e atividade física insuficiente, tem contribuído significativamente para esse cenário.

Ao adentrar no ambiente universitário, os estudantes de Medicina passam por mudanças substanciais que os tornam mais suscetíveis à aquisição de hábitos comportamentais prejudiciais à saúde (Ghodasara e colaboradores, 2011).

Este período de transição, marcado pela saída de casa, a pressão por desempenho acadêmico, desafios na administração do tempo, dificuldades emocionais e demandas sociais por autonomia, pode levar a comportamentos prejudiciais à saúde, potencialmente contribuindo para o desenvolvimento de doenças crônicas (Dyrbye, Thomas e Shanafel, 2005).

Diante desse contexto, é fundamental destacar os impactos da vida universitária nos hábitos alimentares e de vida desses estudantes.

Estudos recentes evidenciam que a rotina acadêmica pode favorecer o sobrepeso e a obesidade, influenciando o consumo excessivo de bebidas alcoólicas e a adoção de padrões alimentares pouco saudáveis (Barros e colaboradores, 2021; Windenny e colaboradores, 2020).

Esses comportamentos, aliados à longa carga horária do curso, contribuem para o sedentarismo, aumentando o risco de comorbidades (Franco, Ferraz e Sousa, 2019).

Além disso, o crescente consumo de álcool entre os estudantes de Medicina emerge como um fator preocupante.

Pesquisas nas regiões Sudeste e Sul do Brasil indicam que o álcool é a substância mais consumida por jovens, tornando-se um fator de risco adicional para a adoção de comportamentos prejudiciais à saúde (Chiapetti e Serbena, 2007; Andrade e colaboradores, 1997; Franca e Colares, 2008; Galduróz e colaboradores, 2005).

O uso de álcool na vida universitária está intrinsecamente ligado às influências sociais e contemporâneas. Estudos como o de Pedrosa e colaboradores (2011) destacam que a vida acadêmica é percebida como um

ambiente de novas oportunidades, influenciando a predisposição dos acadêmicos ao consumo de álcool (Pedrosa e colaboradores, 2011), corroborando com as conclusões de Silva e colaboradores (2021) sobre as motivações para o uso, como curiosidade, socialização e prazer.

Outro ponto relevante é a associação entre o consumo de tabaco e a vida universitária. Estudos indicam uma maior prevalência de tabagismo entre os estudantes de Medicina, atribuindo esse comportamento ao estresse e à ansiedade relacionados à rotina acadêmica (Cunningham e colaboradores, 2009; Oliveira e Furegato, 2008).

Esses comportamentos são considerados fatores de risco modificáveis, e realizar uma análise situacional dentro dessa população é crucial para compreender a dinâmica desse fenômeno.

Nesse contexto, o propósito principal deste estudo foi investigar os fatores de risco modificáveis associados ao desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis em alunos do curso de Medicina de uma instituição de ensino superior localizada no sudeste de Minas Gerais.

MATERIAIS E MÉTODOS

Foi realizado um estudo descritivo de caráter transversal com alunos do curso de Medicina de uma instituição de ensino superior do sudeste de Minas Gerais, matriculados no primeiro semestre de 2023. A instituição possui 433 alunos e a amostra do estudo foi composta por 256 estudantes.

Para a realização da coleta, foi solicitado a autorização prévia da instituição. Além disso, as coletas foram iniciadas apenas após a apreciação e aprovação do Comitê de Ética de Pesquisa com Seres Humanos (CAE 64724822.7.0000.8108) sob o parecer 5.773.226.

A coleta foi realizada durante o período diurno, durante o período de aula. O professor do horário, para cada período, foi previamente contactado para solicitar autorização para a aplicação dos instrumentos de coletas.

No momento da coleta, um pesquisador previamente capacitado realizou a explicação do objetivo do estudo, da duração da aplicação dos instrumentos e sobre os procedimentos éticos da pesquisa. Os estudantes que aceitaram participar receberam o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido,

o qual leram e assinaram, ficando de posse de uma cópia enquanto a outra foi entregue ao pesquisador.

Foram incluídos os alunos com idade igual ou superior a 18 anos, de ambos os sexos, que estão devidamente matriculados no curso no momento da composição da amostra.

Foram excluídos aqueles que não estavam em sala de aula no momento da coleta, ou que estavam afastados por atestado de saúde ou licença médica, caracterizando uma coleta por conveniência.

Os dados foram coletados utilizando-se um instrumento elaborado por Moraes e colaboradores (2018), que foi baseado no instrumento do Ministério da Saúde do Brasil para vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico.

Esse questionário é composto por 44 itens de múltipla escolha, distribuídos em três categorias distintas.

As categorias abordam dados sociodemográficos e econômicos, englobando aspectos como sexo, idade, situação laboral, renda familiar e situação conjugal.

Além disso, contempla dados antropométricos e de saúde, como peso, altura, estado de saúde, presença de doenças crônicas não transmissíveis diagnosticadas e uso frequente de medicamentos.

A última categoria se concentra nos hábitos de vida, abordando a prática de atividade física (AF), tabagismo ativo ou passivo, consumo de álcool e padrão alimentar. Para a utilização do instrumento, foi feita solicitação prévia para a autora responsável.

Os critérios estabelecidos para a determinação dos fatores de risco modificáveis seguiram as diretrizes de instituições de saúde. Em relação ao índice de massa corporal (IMC), considerou-se como fator de risco valores iguais ou superiores a 25 Kg/m².

Para a prática de AF, foram identificados como fatores de risco períodos inferiores a 150 minutos semanais, realizados com intensidade moderada, ou 75 minutos de forma vigorosa. Indivíduos com hábito tabagista, independentemente da frequência semanal e intensidade diária, bem como tabagistas passivos no domicílio (não fumantes que relatam morar com pelo menos uma pessoa que fuma em casa) e no trabalho (não fumantes que relatam que pelo menos uma pessoa fuma no local de trabalho) foram considerados como fator de risco. No que diz respeito ao etilismo, considerou-se como fator

de risco os indivíduos que consomem álcool de forma abusiva (cinco ou mais doses para homens e quatro ou mais para mulheres, na mesma ocasião).

Em relação ao padrão alimentar, foram identificados como fatores de risco os indivíduos que consomem menos de duas porções diárias de frutas e duas porções diárias de legumes e verduras (menos de cinco vezes na semana); aqueles que, ao consumirem carne, não removem a gordura (carne vermelha) ou pele (carne de ave); ou aqueles que consomem frituras de cinco a sete dias por semana; aqueles que consomem leite com alto teor de gordura; aqueles que consomem refrigerante ou suco artificial cinco ou mais dias por semana; e aqueles que substituem o almoço ou jantar por lanches sete ou mais vezes por semana.

Para a análise dos dados, foi utilizado o software InfoStat, mediante a realização de análises descritivas incluindo média, mediana, valor máximo e mínimo para variáveis quantitativas e frequência para variáveis qualitativas. Para avaliar se os dados quantitativos possuem distribuição normal foi realizado o teste de Kolmogorov-Smirnov, com o nível de significância de 0,05. Foi realizado o teste de U Mann-Whitney para analisar a associação entre as variáveis quantitativas e os fatores de risco. Para análise da associação entre variáveis qualitativas e os fatores de risco, foi realizado o teste de Qui-quadrado.

Além disso, para as associações estatisticamente significativas entre as variáveis categóricas, foi calculado a Odds Ratio (OR).

RESULTADOS

A amostra incluiu 256 estudantes, com uma média de idade de 24,6 anos (DP 6,03), dos quais 166 (64,8%) eram do sexo feminino. No que se refere à percepção do estado de saúde, a maioria indicou que era bom (51%) ou ótimo (24%), enquanto uma parcela reduzida (17,2%) reportou possuir alguma doença crônica não transmissível. Entre essas, as mais prevalentes foram as relacionadas ao trato respiratório (9%) e cardiovascular (5,5%).

Quanto ao uso de medicação, 126 indivíduos (49%) afirmaram fazê-lo de forma frequente. Dentre esses, 31,7% buscavam controlar doença crônica, 30,2% utilizavam analgésicos, anti-inflamatórios ou antitérmicos, e 58,7% recorriam a anticoncepcionais. Os

demais dados sociodemográficos encontram-se na tabela 1.

Tabela 1 - Caracterização sociodemográfica dos estudantes (n=256).

Variáveis	%
Cor da pele	
Branca	76,6
Parda	19,5
Negra	2,7
Amarela	1,2
Ocupação	
Estudante	87,9
Estudante e trabalho informal	8,2
Estudante e trabalho formal	3,9
Estado Civil	
Solteiro	83,6
Casado	16
Separado	0,4

Quanto aos fatores de risco, o IMC médio foi de 24,39 kg/m² (DP 3,80), indicando peso saudável. Contudo, 40,2% da amostra apresentou IMC acima de 24,9 kg/m², caracterizando uma condição de risco para a

saúde. Ao estratificar pelos sexos, observou-se diferenças estatisticamente significativas ($p < 0,0001$), indicando uma maior prevalência de sobrepeso e/ou obesidade entre os homens (60%), conforme apresentado na tabela 2.

Tabela 2 - Distribuição do fator de risco para IMC por sexo (n=256).

Sexo	(IMC)	
	Risco	Saudável
Feminino	28,9	71,1
Masculino	60,0	40,0

$p < 0,0001$, teste qui-quadrado.

No que concerne aos fatores de risco modificáveis, 37,9% não atenderam aos critérios para um bom nível de atividade física (NAF) semanal. Quanto ao tabagismo, registrou-se uma baixa prevalência, tanto para o fumo ativo (15,2%) quanto passivo (16,8%), enquanto o etilismo apresentou uma

prevalência de 73,4%, sendo maior nos homens ($p = 0,019$) (Tabela 3).

Relativamente aos fatores de risco associados à alimentação, observou-se consumo inadequado de feijão (75%), verduras e legumes (65,6%), e frutas (80,5%).

Tabela 3 - Fatores de risco modificáveis para DCNT (n=256).

Variáveis	Amostra Geral (%)	Sexo (%)		p-valor
		Masculino	Feminino	
Atividade física	37,9	35,6	43,4	0,224
Fumo ativo	15,2	21,1	12	0,054
Fumo passivo	16,8	22,2	13,8	0,087
Etilismo	73,4	82,0	68,6	0,019
Consumo inadequado de alimentos protetores				
Feijão	75,0	66,6	79,5	0,023
Verduras e legumes	65,6	72,2	62,0	0,102
Frutas	80,5	87,7	76,5	0,030
Consumo inadequado de alimentos prejudiciais				
Carne com pele ou gordura	39,5	56,6	30,1	<0,001
Refrigerantes ou suco artificial	10,2	16,7	6,6	0,011
Doce	17,6	16,6	18,1	0,778
Troca de refeições por lanches	2,70	3,6	1,1	0,241

teste qui-quadrado.

Quando analisado a diferença estatisticamente significativa entre os sexos, as mulheres consumiam menos feijão ($p=0,023$) enquanto os homens consumiam menos frutas ($p=0,030$), mas apesar desses resultados, é fundamental destacar que em ambos os sexos, houve uma alta prevalência de fator de risco associado a ingestão desses alimentos.

Em relação à carne, 39,5% apresentaram consumo inadequado, sendo maior entre os homens ($p<0,001$), enquanto o consumo de refrigerante ou suco artificial como fator de risco na amostra geral foi de 10,2%, sendo, também, maior entre os homens ($p=0,011$).

Doces foram fator de risco para 17,6% da amostra e a troca de refeições por lanches foi de 2,7%, sem diferença estatística entre os sexos (Tabela 3).

Quando avaliado as diferenças estatisticamente significativas entre as variáveis sociodemográficas, econômicas e de saúde com os fatores de risco modificáveis, identificou-se o maior conjunto de associações para a variável sexo com relação ao etilismo ($p=0,030$), consumo de feijão ($p=0,023$), de carne ($p<0,0001$), de frutas ($p=0,030$) e de doce ($p=0,002$).

Em relação ao IMC houve associação com consumo de feijão ($p=0,047$), verduras ($p=0,002$) e carne ($p=0,015$). Ocupação e estado civil apresentaram associação com atividade física ($p=0,030$ e $p=0,013$, respectivamente). O uso de medicamentos esteve associado a consumo de doce ($p=0,023$) e idade com consumo de carne ($p=0,010$). (Tabela 4).

Tabela 4 - Associação entre dados sociodemográficos, econômicos e de saúde com fatores de risco modificáveis (n=256).

Variáveis	Fatores de Risco Modificáveis						
	Sexo	Ocupação	Est. Civil	IMC	Medicamento	Idade	Renda
Atividade Física	0,169	0,030*	0,013*	0,435	0,175	0,265	0,243
Fumo Ativo	0,054	0,197	0,592	0,643	0,530	0,316	0,242
Fumo Passivo	0,087	0,633	0,184	0,109	0,469	0,330	0,193
Etilismo	0,030*	0,356	0,122	0,302	0,839	0,174	0,730
Feijão	0,023*	0,525	0,291	0,047*	0,112	0,096	0,185
Verdura	0,102	0,083	0,286	0,002*	0,730	0,552	0,730
Carne	<,0001*	0,338	0,454	0,015*	0,662	0,010*	0,418
Fruta	0,030*	0,592	0,085	0,316	0,848	0,113	0,120
Refrigerante	0,169	0,388	0,793	0,789	0,238	0,232	0,551
Doce	0,002*	0,177	0,765	0,162	0,023*	0,106	0,038
Troca de Alimentos	0,671	0,277	0,977	0,876	0,663	0,093	0,464

* $p<0,05$ no teste qui-quadrado.

DISCUSSÃO

Um relatório publicado em 2019 pela Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico (OCDE) demonstrou que 25% das mulheres com idade entre 25 e 34 anos, possuem ensino superior, contra 18% dos homens de mesma idade (OCDE, 2019).

Nossa amostra apresentou uma prevalência de 64,8% de estudantes do sexo feminino, o que corrobora com esses dados. Além disso, em 2020 foi realizado um levantamento da demografia médica no Brasil pelo Conselho Federal de Medicina demonstrando um aumento na presença feminina na carreira médica. O documento destaca que no ano 2000 as mulheres representavam 35,8% dos profissionais no Brasil, passando, em 2020, para 46,6% (Scheffer e colaboradores, 2020).

Com relação ao diagnóstico médico de alguma DCNT, 17,2% afirmaram possuir alguma doença, sendo as do trato respiratório e cardiovascular as mais prevalentes.

Esses achados foram semelhantes a um estudo realizado em um centro universitário privado no sertão central cearense no Brasil. Esse estudo avaliou 329 estudantes universitários, de ambos os sexos e identificou uma prevalência de 13,7% com diagnóstico, com maior prevalência, também, para o trato respiratório e cardiovascular (Morais e colaboradores, 2018).

O aumento do sobrepeso e da obesidade no Brasil e no mundo se mostram como um desafio de saúde pública. Esse fenômeno é influenciado por uma interação complexa de fatores, que incluem modificações nos padrões alimentares, comportamento sedentário e influências socioeconômicas.

A urbanização acelerada e a transição nutricional para dietas ricas em alimentos de alta densidade calórica e pobres em nutrientes, são contribuintes para esse cenário.

Tanto o sobrepeso quanto a obesidade são reconhecidos como fatores de risco para uma série de doenças crônicas, como diabetes tipo II, doenças cardiovasculares e certos tipos de câncer (Lisowski e colaboradores, 2019).

No contexto brasileiro, dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2019) revelam uma preocupante trajetória de aumento da prevalência da obesidade. Entre 2003 e 2019, a proporção de

obesos com 20 anos ou mais, mais do que dobrou, passando de 12,2% para 26,8%. Esse resultado encontra-se refletido na amostra avaliada no presente estudo, onde 40,2% apresentaram indicativo de sobrepeso e obesidade com maior prevalência desse fator de risco para os participantes do sexo masculino.

O Ministério da Saúde, em 2022, lançou um novo relatório da série Vigitel Brasil 2006-2021, demonstrando a evolução dos indicadores de prática de AF por adultos brasileiros nos últimos 15 anos.

Seguindo as diretrizes recomendadas internacionalmente houve um aumento no NAF de 30,3% em 2009 para 36,7% em 2021. Esse aumento foi observado em ambos os sexos, sendo maior entre as mulheres, variando de 22,2% em 2009 para 31,3% em 2021 (Brasil, 2022a).

Os resultados encontrados no presente estudo, divergem desses valores, pois foi identificado que 59,4% da amostra geral atenderam aos critérios estabelecidos e, quando estratificados pelo sexo, 56,6% das mulheres e 64,4% dos homens apresentaram um bom nível de atividade física.

Em um estudo realizado com discentes de medicina em uma Instituição Privada no Estado de Santa Catarina foi identificado que 41% de 402 avaliados apresentaram baixo NAF o que corrobora com os resultados no presente estudo (40,6%) (Mendes, Correia e Kock, 2020).

Uma das principais barreiras apresentadas por alunos do ensino superior para a prática de AF é a falta de tempo e, dentro do contexto do estudo de medicina, de fato esse fator pode-se apresentar como uma limitação importante, já que as suas atividades curriculares se desenvolvem em tempo integral. (Castro-Júnior e colaboradores, 2012).

A prevalência do tabagismo no Brasil tem diminuído ao longo dos anos, mas ainda representa um desafio para a Saúde Pública. Segundo o Ministério da Saúde, a prevalência de fumantes no país era de 9,1% em 2021, sendo 11,8% homens e 6,7% mulheres (Brasil, 2022b).

Em um estudo realizado com 217 alunos de cursos de saúde de uma Instituição do Estado de São Paulo, 13% apresentavam o hábito tabagista, o que foi semelhante aos resultados do presente estudo (15,2%) (Polonio, Oliveira e Fernandes, 2017).

Cabe destacar que no presente estudo houve maior prevalência de homens (21,1%) que possuíam o hábito tabagista comparado com mulheres (12%), porém, sem diferença estatisticamente significativa.

É fundamental ressaltar que o tabagismo se apresenta como um dos principais desafios para a saúde pública, estando fortemente associado a diversos desfechos desfavoráveis como câncer de pulmão e distúrbios cardiovasculares.

A promoção da luta contra o tabagismo desempenha um papel crucial nas ações de prevenção, sendo fundamental intervenções e conscientização por parte dos futuros profissionais de medicina.

O consumo de álcool é outro fator de risco importante para o desenvolvimento de diversas comorbidades, sendo responsável por quase 5,3% de mortes a nível mundial (OMS, 2018).

Entre os universitários observa-se uma prevalência elevada do seu consumo, como constatou uma pesquisa realizada com estudantes de medicina de uma instituição de Brasília, identificando que 81,9% da amostra avaliada consumiam bebida alcoólica (Miranda e colaboradores, 2021).

Em nossa amostra foi identificado uma prevalência total de 73,4%, tendo a frequência maior entre o sexo masculino (82%) comparado com o sexo feminino (68,6%), sendo essa diferença estatisticamente significativa ($p=0,019$).

Apesar dessa diferença, ainda foi considerado elevado o consumo de bebidas alcoólicas pelas mulheres.

Tais resultados demonstram a necessidade de intervenções nessa população, já que se trata de um período em que os estudantes são incentivados socialmente a consumir bebida alcoólica, portanto, o etilismo se intensifica após o ingresso na faculdade.

Dentre os fatores que contribuem para esse abuso estão a maior necessidade por parte dos estudantes de desenvolver uma sensação de pertencimento de grupo além da grande disponibilidade de festas e outros eventos (Barros e Costa, 2019).

A ingestão adequada de alimentos de variados e de qualidade e se mostra um fator protetivo à saúde, por contribuir para o fornecimento adequado tanto de macro quanto de micronutrientes, necessários para um bom funcionamento do organismo.

Dentre os alimentos considerados boas fontes desses nutrientes, avaliados no presente estudo, foram identificados que apenas 25% consumiam adequadamente feijão, 34,4% verduras e legumes e, 19,5% de frutas em quantidade considerada ideal. Estes resultados foram semelhantes a um estudo realizado com 329 estudantes universitários que identificaram um consumo adequado em 35,1%, 22,5% e 16,5%, respectivamente (Moraes e colaboradores, 2018).

Com relação aos alimentos prejudiciais, um estudo populacional realizado com 1941 adultos e idosos demonstrou um consumo excessivo em 63% da amostra sendo maior entre os homens (79,8%) e na faixa etária de 20 a 29 anos (69,5%) (Blank e colaboradores, 2023).

Com relação à média geral, nossos resultados divergem deste estudo, pois foi identificado um consumo inadequado em 39,5% da amostra, no entanto também houve maior consumo entre os homens (56,6%, $p<0,001$).

Esses resultados podem reforçar a tendência das mulheres em terem melhores escolhas em relação à alimentação com foco em maior prevenção voltada à saúde e fatores estéticos.

Uma preocupação crescente nas últimas décadas é o aumento no consumo de produtos industrializados, principalmente ricos em açúcares adicionados como refrigerantes, sucos artificiais e doces. Dados do Sistema de Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por inquérito telefônico (VIGITEL) realizado em 2019 identificou uma prevalência de consumo de refrigerantes, cinco ou mais dias da semana, de 15%, sendo maior entre os homens (18,3%) comparado com as mulheres (12,3%) (VIGITEL, 2020).

No presente estudo, esse consumo foi identificado em 10,2% da amostra, sendo também maior entre os homens (16,7%, $p=0,011$).

Referente ao doce, foi identificado que 17,6% da amostra consumia doces em cinco ou mais dias por semana, portanto a maioria da amostra apresentou um consumo considerado adequado deste alimento.

Considerando o impacto negativo do excesso de doces como fator de risco ou agravamento para diversas morbidades, esse resultado foi satisfatório.

Por fim, apenas 2,7% da amostra referiu trocar as principais refeições por lanches que também se mostra favorável.

Esses resultados destacam a persistência de padrões alimentares subótimos entre estudantes universitários, ressaltando a necessidade de estratégias educacionais e de promoção da saúde direcionadas à melhoria dos hábitos alimentares dessa população específica.

A implementação de intervenções que incentivem escolhas alimentares mais saudáveis pode desempenhar um papel fundamental na prevenção de futuros problemas de saúde associados à inadequada ingestão de nutrientes.

O presente estudo possui algumas limitações que devem ser consideradas. Primeiramente, a amostra utilizada foi relativamente pequena, o que pode impactar a generalização dos achados para a população avaliada, pois a coleta foi realizada em apenas uma instituição.

Além disso, a coleta de dados baseou-se em instrumentos com caráter subjetivo, como a utilização de um questionário recordatório, o que pode introduzir viés na autopercepção dos participantes sobre seus comportamentos relacionados à saúde.

A subjetividade desses instrumentos pode influenciar a precisão das informações, comprometendo a validade interna do estudo. Outra limitação a ser destacada é a natureza transversal do desenho do estudo, que impede a estabelecer relações de causalidade entre as variáveis analisadas.

Além disso, a heterogeneidade da amostra em termos de sexo e características socioeconômicas pode impactar a interpretação dos resultados.

Essas limitações, embora reconhecidas, ressaltam a importância de interpretar os resultados com cautela e considerar futuras pesquisas que possam abordar essas questões metodológicas para aprimorar a compreensão dos hábitos de saúde dessa população específica.

CONCLUSÃO

Este estudo revelou preocupantes fatores de risco modificáveis entre estudantes de medicina. A alta prevalência de 17,2% de diagnósticos de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), com destaque para

doenças do trato respiratório e cardiovascular, destaca a urgência de estratégias preventivas.

Além disso, a crescente incidência de sobrepeso e obesidade, especialmente entre os homens (40,2%), destaca a necessidade de intervenções que promovam escolhas alimentares saudáveis e estilos de vida ativos.

A divergência na prática de atividade física em relação às médias nacionais indica a necessidade de abordagens específicas para superar as barreiras enfrentadas pelos estudantes de medicina.

A identificação de 15,2% de tabagistas e a prevalência elevada de consumo de álcool, principalmente entre os homens (82%), reforçam a importância contínua de medidas antitabagismo e intervenções relacionadas ao consumo de álcool, adaptadas ao contexto acadêmico.

O padrão alimentar revela lacunas na ingestão de alimentos protetores e elevado consumo de alimentos prejudiciais, especialmente entre os homens, evidenciando a necessidade de programas de educação nutricional.

REFERÊNCIAS

- 1-Andrade, A.G.; Bassit, A.Z.; Kerr-Corrêa, F.; Tonhon, A.A.; Boscovitz, E.P.; Cabral, M. Fatores de risco associados ao uso de álcool e drogas na vida, entre estudantes de medicina do Estado de São Paulo. Rev ABP-APAL. Vol. 19. 1997. p. 117-26.
- 2-Barros, G.R.; Santos, S.F.S.; Andaki, A.C.R.; Sousa, T.F. Sobrepeso e obesidade em universitários: prevalências e fatores associados. Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde. Vol. 26. 2021. p. 1-9.
- 3-Barros, M.S.M.R.; Costa, L.S. Perfil do consumo de álcool entre estudantes universitários. SMAD. Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas (Edição em Português). Vol. 15. Num. 1. 2019. p. 4-13.
- 4-Blank, J.T.; Helena, E.T.S.; Damasceno N.R.T.; Santos, R.D.; Markus, M.R.P.; Azevedo, L.C. Consumo de carnes por adultos e idosos de uma cidade de colonização alemã do sul do Brasil: estudo de base populacional. Ciência e Saúde Coletiva. Vol. 28. Num. 1. 2023. p. 243-255.

5-Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Análise em Saúde e Vigilância de Doenças Não Transmissíveis. Vigitel Brasil 2006-2021: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico: estimativas sobre frequência e distribuição sociodemográfica de tabagismo e consumo abusivo de álcool nas capitais dos 26 estados brasileiros e no Distrito Federal entre 2006 e 2021: tabagismo e consumo abusivo de álcool Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Departamento de Análise em Saúde e Vigilância de Doenças Não Transmissíveis. Brasília. Ministério da Saúde. 2022a.

6-Brasil. Ministério da Saúde. Gabinete do Ministro. A prática dessas atividades favorece a prevenção e o tratamento das Doenças Crônicas não Transmissíveis. Brasília. 2022b.

7-Castro-Júnior, E.F.; Barreto, L.A.; Oliveira, J.A.A.; Almeida, P.C.; Leite, J.D. Avaliação do nível de atividade física e fatores associados em estudantes de medicina de Fortaleza-CE. Revista Brasileira de Ciências do Esporte. 2012. p. 955-967.

8-Chiapetti, N.; Serbena, C.A. Uso de álcool, tabaco e drogas por estudantes da área da saúde de uma universidade de Curitiba. Psicol Reflex Crít. Vol. 20. 2007. p. 303-313.

9-Cunningham, E.C.; Chaname, E.; Cunningham, J.; Brands, B.; Strike, C.; Wright, M.G.M. Normas percibidas por los estudiantes universitarios de enfermería acerca de sus pares y el uso de drogas em Lima, Peru. Rev Latinoam Enferm. Vol. 17 (Esp.). 2009. p. 865-70.

10-Dyrbye, L.N.; Thomas, M.R.; Shanafel, T.D. Medical student distress: causes, consequences, and proposed solutions. Mayo Clinic Proc. Vol. 80. Num. 12. 2005. p. 1613-22.

11-Franca, C.; Colares, V. Comparative study of health behavior among college students at the start and end of their courses. Rev Saúde Pública. Vol. 42. 2008. p. 1-7.

12-Franco, D.C.; Ferraz, N.L.; Sousa, T.F. Sedentary behavior among university students: a systematic review. Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum. Vol. 21. 2019. p. e56485.

13-Galduróz, J.C.F.; Noto, A.R.; Nappo, S.A.; Carlini, E.A. Uso de drogas psicotrópicas no Brasil: pesquisa domiciliar envolvendo as 107 maiores cidades do país - 2001. Rev Latinoam Enferm. Vol.13 Esp. 2005. p. 888-95.

14-Ghodasara, S.L.; Davidson, M.A.; Reich, M.S.; Savoie, C.V.; Rodgers, S.M. Assessing student mental health at the Vanderbilt University School of Medicine. Acad Med. Vol. 86. Num. 1. 2011. p. 116-21.

15-IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Características da população: obesidade. Rio de Janeiro: IBGE, 2019. Disponível em: <https://tinyurl.com/yx9re6wc>.

16-Lisowski, J.F.; Leite, H.M.; Bairos, F.; Henn, R.L.; Costa, J.S.D.; Olinto, M.T.A. Prevalência de sobrepeso e obesidade e fatores associados em mulheres de São Leopoldo, Rio Grande do Sul: um estudo de base populacional. Cadernos de Saúde. Vol. 27. Num. 4. 2019. p. 380-389.

17-Mendes, R.C.; Correia, M.G.; Kock, K.S. Relação entre atividade física, índice de massa corporal e estresse em acadêmicos de medicina de uma universidade do sul de Santa Catarina. Rev. bras. ciênc. Mov. 2020. p. 92-101.

18-Miranda, R.A.S.; Queiroz, E.V.; Lima, L.L.; Junior, A.G.R. Prevalência de consumo de álcool entre estudantes de Medicina do Centro Universitário de Brasília. Revista Eletrônica Acervo Saúde. Vol. 13. Num. 2. 2021. p. e5792.

19-Morais, H.C.C.; Cavalcante, S.N.; Nascimento, L.B.; Mendes, I.C.; Nascimento, K.P.; Fonseca, R. Fatores de risco modificáveis para doenças crônicas não transmissíveis entre estudantes universitários. Rev Rene. 2018. p. 19.

20-OCDE. Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico. Education at a Glance 2019: OECD Indicators, OCDE Publishing. Paris. 2019.

21-Oliveira, E.B.; Furegato, A.R.F. O trabalho do acadêmico de enfermagem como fator de risco para o consumo de álcool e outras drogas. Rev Latinoam Enferm. Vol. 16. 2008. p. 565-71.

22-OMS. Global status report on alcohol and health. World Health Organization Geneva, Switzerland. 2018.

23-Pedrosa, A.A.S.; Camacho, L.A.B.; Passos, S.R.L.; Oliveira, R.V.C. Consumo de álcool entre estudantes universitários. Caderno de Saúde Pública. Rio de Janeiro. Vol. 25. 2011.

24-Polonio, I.G.; Oliveira, M.; Fernandes, L.M.M. Tabagismo entre estudantes de medicina e enfermagem da Universidade Anhembi Morumbi: Prevalência e avaliação da dependência nicotínica e escala de depressão e ansiedade. Arquivos Médicos. 2017. p. 1.

25-Scheffer, M.; Guerra, A.; Cassenote, A.; Guilloux, A.G.A.; Brandão, A.P.D.; Miotto, B.A.; Almeida, C.J.; Gomes, J.O.; Miotto, R.A. Demografia Médica no Brasil 2020. São Paulo, SP: FMUSP, Conselho Federal de Medicina. 2020. 312 p.

26-Silva, N.G.; Arruda, G.O.; Pereira, E.H.A.I.; Prado, F.M.O.; Lara, H.C.A.A. Modelos preditivos para o uso problemático de álcool entre universitários da saúde. Revista Eletrônica de Saúde Mental Álcool e Drogas. Vol. 12. 2021.

27-VIGITEL. Departamento de Vigilância de Doenças e Agravos não Transmissíveis e Promoção da Saúde; Secretaria de Vigilância em Saúde; Ministério da Saúde. Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico. Estimativas sobre frequência e distribuição sociodemográfica de fatores de risco e proteção para doenças crônicas nas capitais dos 26 estados brasileiros e no Distrito Federal em 2019. Brasília. Ministério da Saúde. 2020.

28-Windenny, E.M.; Smith, M.; Penney, T.; Foubister, C.; Guagliano, J.M. Changes in physical activity, diet, and body weight across the education and employment transitions of early adulthood: A systematic re-view and meta-analysis. Obes Rev. Vol. 21. Num. 4. 2020. p. e12962.

2 - IntegraEdus Educação e Saúde, Juiz de Fora, Minas Gerais, Brasil.

3 - Universidade Estácio de Sá - UNESA, Brasil.

E-mail dos Autores

juliawamserfs@gmail.com

annakarolinegomes@outlook.com

isabellamirandasouzaa@gmail.com

xand.augusto@gmail.com

gustamargos@hotmail.com

Autor para correspondência

Gustavo Leite Camargos

xand.augusto@gmail.com

Rua Santos Dumont, 730/706.

Granbery, Juiz de Fora, Minas Gerais, Brasil.

CEP: 36.010-386.

Recebido para publicação em 15/02/2024

Aceito em 10/10/2024