

MARCADORES DO CONSUMO ALIMENTAR E SUA RELAÇÃO COM VARIÁVEIS DE SAÚDE DE ADOLESCENTES (2023-2024)

Guilherme Vilar de Oliveria¹, Luana Patrícia Marmitt²

1. Discente do curso de graduação em Medicina, UNOESC, Joaçaba, SC

2. Docente do Programa de Pós-Graduação em Biociências e Saúde, UNOESC, Joaçaba, SC, Brasil.

Autor correspondente: Guilherme Vilar de Oliveira, glhrmvlr@gmail.com

Área: Ciências da Vida e Saúde

Introdução: Mudanças nos padrões alimentares, com aumento do consumo de ultraprocessados, e a influência de fatores sociais e midiáticos tornam a adolescência período crítico para a adoção de comportamentos que impactam a saúde física e mental. A análise de marcadores de consumo alimentar na escola permite identificar práticas de risco e subsidiar intervenções de promoção à saúde. **Objetivo:** Analisar marcadores do consumo alimentar e sua relação com variáveis de saúde em escolares maiores de 12 anos. **Método:** Estudo transversal do projeto Saúde Escolar de Joaçaba (SC) com 568 escolares de 6 escolas municipais. Foram coletados autorrelatos de consumo alimentar (marcadores SISVAN), atividade física, satisfação corporal e sintomas de ansiedade, além de medidas antropométricas padronizadas. Realizaram-se análises descritivas dos dados coletados. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética (parecer nº 6.310.978). **Resultados:** Predominaram consumo de bebidas adoçadas (70,1%), frutas frescas (65,6%), verduras/legumes (61,6%) e feijão (61,0%). Enquanto 63,7% consumiram ≥ 2 alimentos saudáveis no dia anterior, 42,8% consumiram ≥ 3 alimentos não saudáveis. A maioria foi classificada como insuficientemente ativa (81,5%). Observou-se ainda que 46,9% desejavam perder peso, 40,9% realizaram medidas para emagrecimento, 3,7% relataram vômitos ou uso de laxantes e 5,3% utilizaram produtos para emagrecimento sem supervisão médica. Além disso, 30,7% apresentaram sintomas de ansiedade em níveis moderados/graves. **Conclusão:** Os achados evidenciam coexistência de comportamentos alimentares protetores e de risco, associados à elevada insuficiência de atividade física e a sinais de vulnerabilidade em saúde mental entre adolescentes. Recomenda-se intervenção intersectorial em ambiente escolar e realização de estudos longitudinais para subsidiar políticas e programas de promoção da saúde.

Palavras-chave: Consumo alimentar; Adolescentes; Saúde escolar; Comportamento alimentar; Marcadores SISVAN.

Agradecimentos: O autor agradece ao Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) pela bolsa PIBIC, à professora orientadora Luana P. Marmitt e às escolas municipais de Joaçaba pelo apoio às coletas de dados.