



Trabalhos Científicos

Título: Comportamento Alimentar De Adolescentes: Gorduras E Açúcares

Autores: FABIANA ASSMANN POLL (UNIVERSIDADE DE SANTA CRUZ DO SUL); CÉZANE PRISCILA REUTER (UNIVERSIDADE DE SANTA CRUZ DO SUL); MIRIA SUZANA BURGOS (UNIVERSIDADE DE SANTA CRUZ DO SUL); CAMILA CAROLINE DOS SANTOS (UNIVERSIDADE DE SANTA CRUZ DO SUL); PATRICIA PICCOLI DE MELLO (UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL - UFRGS); ELZA DANIEL DE MELLO (UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL - UFRGS)

Resumo: Objetivo: Avaliar porções diárias consumidas de açúcares e gorduras por adolescentes em sobrepeso e obesidade, verificando os estágios de mudança de comportamento, o equilíbrio de decisões entre as barreiras e os benefícios, e a auto eficácia. Metodologia: Participaram do estudo 59 adolescentes (34 meninas), com média de idade de 12,9 anos ($\pm 1,8$ anos). Para identificação do comportamento alimentar adaptou-se o instrumento de Toral e Slater (2010) para gorduras e açúcares. Questionou-se a porção diária consumida, a intenção de redução de consumo, e classificou-se o estágio de mudança de comportamento. Considerou-se o consumo inadequado de gorduras e açúcares quando superior a 3 porções diárias. O equilíbrio de decisões correspondeu às barreiras enfrentadas e benefícios identificados para uma dieta adequada. A auto eficácia representa a confiança e na sua habilidade para realizar mudanças positivas na sua alimentação. Para obter os escores de barreiras, benefícios e auto eficácia fez a somatória da escala de Likert de 5 pontos. Os dados foram analisados através do teste t de Student ou U de Mann-Whitney. Foram consideradas significativas diferenças para $p < 0,05$. Resultados: O consumo foi inadequado por 54 adolescentes. O estágio de preparação predominou (55,9%), seguido da pré-contemplação (22%). Não foram encontradas diferenças significativas entre os adolescentes em sobrepeso e obesidade para o escore de barreiras ($p = 0,733$), benefícios ($p = 0,648$) e auto eficácia ($p = 0,256$). Conclusão: Constatou-se maior inadequação de consumo de gorduras e açúcares, o estágio de preparação predominou. Não foram encontradas diferenças significativas na comparação dos escores de acordo com o estado nutricional do adolescente.