

INTERFERÊNCIA DAS QUANTIDADES DE SÓDIO E LIPÍDIOS SOBRE A SAÚDE DOS COMENSAIS E A ACEITAÇÃO SENSORIAL DE REFEIÇÕES SERVIDAS EM UAN: UMA AÇÃO PARA A PROMOÇÃO DE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

ANA KAROLINE SANTOS VIANNA (Autor), Camila Carvalho Menezes (Orientador), Adriana Lúcia Meireles (Co-Orientador), Margarete Nimer (Co-Orientador), Michele Barbosa Lima (Co-Autor), Vitória Regina Pinto (Co-Autor), Tainá Medeiros Matos (Co-Autor), Isabella Moreira Oliveira Dias (Co-Autor), Thaís Silva Falco (Co-Autor), Hyago Luiz Firmino Lopes Francisco (Co-Autor), Taynara Cristina da Cruz (Co-Autor), Priscila Maura Pereira Pinto (Co-Autor), Ariadne Schaidegger de Oliveira (Co-Autor), Laísa Teixeira Freitas (Co-Autor)

Cada vez mais vem sendo discutida a má qualidade da alimentação da população, especialmente em relação ao elevado consumo de alimentos com alta densidade calórica acompanhados de excesso sódio e lipídios. Tal ocorrência gera grande preocupação em relação aos grupos de indivíduos mais jovens, pois estão formando seus hábitos alimentares, os quais irão refletir na saúde ao longo de suas vidas. Diante do exposto, o objetivo do Projeto de Extensão foi executar atividades de educação nutricional dos usuários do Restaurante Universitário da Universidade Federal de Ouro Preto (RU-UFOP). Em um primeiro momento, os participantes da equipe montaram um espaço próximo ao RU-UFOP e os usuários foram convidados a fazerem algumas aferições. Posteriormente, elaborou-se um relatório individual para cada participante do estudo, o qual trazia as seguintes características: 1) resultados e classificações das aferições, sendo: peso; altura, índice de massa corporal (abaixo do normal: $< 18 \text{ kg/m}^2$; ideal: entre 18 e 25 kg/m^2 ; acima do normal: $> 25 \text{ kg/m}^2$); gordura corporal (homens: risco de desnutrição: $< 5\%$; abaixo do normal: 4% a 6% ; normal: 15% a 24% ; acima do normal: $> 25\%$; mulheres: risco de desnutrição: $< 8\%$; abaixo do normal: 9% a 22% ; normal: 23% a 30% ; acima do normal: $> 32\%$), perímetro da cintura (homens: baixo risco: $< 90 \text{ cm}$; risco aumentado: $> 90 \text{ cm}$; mulheres: baixo risco: $< 80 \text{ cm}$; alto risco: $> 80 \text{ cm}$) e pressão arterial (normal: $< 130/85 \text{ mmHg}$; pressão aumentada: $> 131/86 \text{ mmHg}$); e 2) orientações para acompanhamento por serviço de saúde adequado. Foi criada uma conta de e-mail específica para o projeto, que foi utilizada para o envio dos relatórios. Observou-se que muitos endereços de e-mail não foram preenchidos de forma correta, ocasionando falha no envio. O projeto de extensão continua em andamento, sendo que as atividades de educação nutricional no RU-UFOP estão previstas para iniciarem no dia 16/10/2017. Todo o material didático necessário está sendo elaborado pela equipe.

Instituição de Ensino: Universidade Federal de Ouro Preto