

10^o

FEPEG FÓRUM

ENSINO • PESQUISA
EXTENSÃO • GESTÃO

RESPONSABILIDADE SOCIAL: INDISSOCIABILIDADE
ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



ISSN 1806-549 X

Autor(es): DELAINE MARTINS DA SILVA

Consumo de alimentos industrializados que predispõe ao câncer de intestino em acadêmicos de uma faculdade privada

Introdução

O câncer é uma doença de grande repercussão mundial, considerada a segunda maior causa de morte na população brasileira, perdendo apenas para as doenças cardiovasculares ⁽¹⁾. No Brasil, em 2014, a neoplasia gástrica aparecia em quarto lugar na incidência entre os homens e em sexto lugar entre as mulheres. Apesar disso, observou-se uma redução em sua incidência, atribuída a uma menor exposição aos fatores de risco ⁽²⁾. O câncer de cólon e reto (CCR) inclui os tumores malignos localizados no intestino grosso formado pelo cólon, reto e ânus, é uma doença tratável e curável quando não se manifesta metástases para outros órgãos ⁽³⁾. O elevado consumo de alimentos industrializados, no qual apresenta na composição nitratos e nitritos está relacionado ao aumento do risco de câncer de intestino. Essas substâncias são usadas para conservar e realçar o sabor de alguns alimentos industrializados, como carnes processadas, em especial salsicha, linguiça, presunto, bacon, e em algumas conservas como o pickles, além dos enlatados, sendo essas substâncias transformadas em nitrosaminas no trato gastrointestinal (TGI) ⁽³⁾.

Estimam-se atualmente no Brasil 34.280 novos casos de câncer de intestino sendo 17.620 em mulheres e 16.660 casos em homens. Esses valores correspondem a um risco estimado de 16,84 casos novos a cada 100 mil homens e 17,10 para cada 100 mil mulheres segundo dados do Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva (INCA) ⁽⁵⁾. Observa-se que alguns fatores têm relação com o aumento do risco de câncer colorretal, podendo citar a obesidade, consumo exagerado de carnes vermelhas, gorduras e álcool. Por outro lado, uma dieta equilibrada, abundante em fibras, vitaminas e minerais previnem o câncer, podendo auxiliar, juntamente ao tratamento clínico e no retrocesso do estágio carcinogênico. Neste trabalho analisou-se a qualidade da alimentação de acadêmicos do curso de gastronomia e as escolhas alimentares que predispõe o câncer de intestino.

Material e métodos

O presente estudo apresenta-se como uma pesquisa transversal, quantitativa, no qual foram entrevistados 100 acadêmicos de gastronomia de uma faculdade privada na cidade de Montes Claros, Minas Gerais. Foi utilizado um questionário desenvolvido por Vigitel (2015) ⁽⁶⁾ com adaptações. O questionário aplicado aos acadêmicos continha perguntas sobre dados antropométricos, atividade física e lazer, além de perguntas sobre hábitos alimentares, com enfoque maior para o consumo de água, bebidas alcoólicas, frituras e doces.

O Índice de Massa Corporal (IMC) foi calculado através da divisão do peso (Kg) pela medida da estatura em metros elevada ao quadrado. Para avaliação do estado nutricional utilizou-se uma balança digital eletrônica do tipo plataforma com capacidade para 150 kg, sensibilidade de 100 g (TANITA®) ⁽⁷⁾. Os indivíduos foram pesados com roupas leves, descalços, conforme proposto pela OMS, com postura ereta, pés paralelos e inteiramente apoiados na plataforma da balança e com braços ao longo do corpo, a altura foi mensurada com o auxílio de um estadiômetro. Os dados foram tabulados em uma planilha do programa Excel, posterior a análise foram transcritos para o programa *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS Inc., Chicago, Illinois, Estados Unidos) e tratados através da estatística descritiva, com cálculo de frequências e percentuais.

O estudo foi aprovado e apoiado por uma faculdade privada na cidade de Montes Claros – MG e conduzido dentro dos preceitos éticos estabelecidos na Resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde sobre pesquisas com seres humanos. Por se tratar da avaliação com seres humanos, todos os participantes que aceitaram participar da pesquisa assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Resultados e discussão

10^o

FEPEG FÓRUM

ENSINO • PESQUISA
EXTENSÃO • GESTÃO

RESPONSABILIDADE SOCIAL: INDISSOCIABILIDADE
ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



ISSN 1806-549 X

A amostra foi composta de 100 estudantes do curso de gastronomia de uma faculdade privada de Montes Claros. Dentre os participantes constatou-se uma predominância de 89% do sexo feminino. Os estudantes envolvidos na presente pesquisa responderam a um questionário antropométrico, frequência alimentar e hábitos diários. O estado nutricional foi avaliado com base no método do Índice de Massa Corporal (IMC) utilizando informações de peso/altura, e verifica-se que 46% dos estudantes estavam com a massa corporal elevada, ou seja, $IMC \geq 25 \text{ kg/m}^2$, conforme verificado na tabela 1.

Os hábitos diários avaliados na tabela 2 permitiu verificar que houve mudança de peso corporal em 44%, destes, 25% apresentaram ganho de massa corporal. A alimentação, ora alterada em 55%, teve modificação em 27% e 28% para mais e menos quantidade respectivamente. A prática de atividade física foi de apenas 38% com frequência semanal de 2 a 3 vezes. O consumo de frituras e doces suplantou 60% do consumo semanal.

Quanto à frequência alimentar descrita na tabela 3, está evidenciado que o leite integral 23% e o iogurte têm o consumo diário equivalente em aproximadamente 18%, e o consumo do leite desnatado ou semidesnatado em 20%. A carne bovina e de frango teve o consumo diário em 29% e 33% respectivamente. Verifica-se o consumo maior da manteiga com 46%, seguido do azeite com o consumo diário de 43%. Quanto aos petiscos e embutidos as pizzas, sanduíches, *esfihas*, salgadinhos, *cheetos* e amendoim, estes, apresentam um consumo semanal de 41%. Destaca-se o consumo diário para o feijão e o arroz polido em (54%) e (68%) respectivamente. O bolo teve um consumo semanal 26%, o consumo de grãos foi irrelevante, visto que aproximadamente 72% dos entrevistados não consumiam.

As hortaliças cruas (alface, couve, rúcula e agrião) obtiveram mais da metade do consumo diário, 54%, seguido pelas frutas com 45%. O chocolate foi consumido semanalmente (21%) e o café com açúcar (71%) diariamente. Verifica-se o consumo diário de sorvetes em 16%, biscoitos industrializados 52% e refrigerantes em 30%.

Observa-se a associação de uma ingestão elevada de alimentos processados, ricos em açúcares refinados, sal, condimentos e conservantes, e estes exercem forte influência no desenvolvimento da patologia. Mediante os novos conceitos da nutrição, a alimentação não é realizada apenas com o único propósito de oferecer saciedade ou energia, mas também com a finalidade de prevenir patologias concernentes ao mundo moderno.

Conclusão

Pode-se observar que dietas com baixo teor de vitaminas, minerais e fibras é tendencioso na população e quando associado a um estilo de vida não saudável são fatores determinantes na instalação de um quadro crônico de neoplasia. Essa afirmativa em questão pode ser notificada na pesquisa em vigor, uma vez que foi característico o consumo de alimentos processados e/ ou industrializados, com alto teor de gorduras e açúcares.

É evidente, a importância da inserção de medidas que promovam o incentivo e a qualidade de vida e hábitos saudáveis, principalmente em acadêmicos da classe de saúde e alimentação, sendo que através dos mesmos, tais informações se multiplicarão e dissiparão sobre a população. No entanto, mais estudos são necessários, em ambientes universitários, com o objetivo da atuação para acadêmicos e por acadêmicos desses cursos, visando o incentivo a prática de atividade física regular e alimentação saudável.

Referências

1. BRASIL. Ministério da Saúde. Instituto Nacional de Câncer. Estimativa 2016: incidência de câncer no Brasil. Rio de Janeiro: INCA, 2016. Disponível em: <<http://www.inca.gov.br/wcm/dncc/2015/dados-apresentados.pdf>>. Acesso em: 11 out 2016.
2. Eisenhardt, M. Avaliação das características clínicas e epidemiológicas e sobrevida global de pacientes portadores de câncer colorretal. Revista de Epidemiologia e Controle de Infecção, Santa Cruz do Sul [periódico na internet]. 2014 [Acesso em: 20 out. 2016]; 3(4): 112-116. Disponível em: <<http://online.unisc.br/seer/index.php/epidemiologia/article/view/4117/3253>>.
3. Lohman TG, Roche AF, Martorell R. Anthropometric Standardization Reference Manual. Champaign: Human Kinetics; 1988
4. Pimenta NG, Malhão TA, Gomes FS, Couto SG, Melo MELD. Efeito da Atividade Educativa "Armazem da Saúde" na Promoção da Alimentação Saudável e Prevenção de Câncer no Ambiente de Trabalho. Revista Brasileira de Cancerologia 2015; 61(3): 205-215.
5. Rêgo AGS, Borges ICV, Valença RJV, Teles JBM, Pinto LSS. Câncer Colorretal em Pacientes Jovens. Revista Brasileira de Cancerologia 2012; 58(2): 173-180
6. Sena, E. L. S. et al. Experience of a person with advanced cancer: a perspective from Merleau Ponty's point of view. REME: Revista Mineira de Enfermagem 2013, 17(3):635-650.
7. Vigitel, Brasil 2014, saúde suplementar. [Acesso em: 25 de outubro de 2016]. Disponível em: <http://www.ans.gov.br/images/stories/Materiais_para_pesquisa/Materiais_por_assunto/2015_vigitel>.

Tabelas

10^o

FEPEG

FÓRUM

ENSINO • PESQUISA
EXTENSÃO • GESTÃO

RESPONSABILIDADE SOCIAL: INDISSOCIABILIDADE
ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



ISSN 1806-549 X



Tabela 1 – Distribuição dos acadêmicos do curso de gastronomia de uma Instituição Privada da cidade de Montes Claros – MG, segundo diagnóstico nutricional e sexo.

Diagnóstico nutricional	Sexo Masculino		Sexo Feminino		Total	
	n	%	n	%	n	%
Baixo peso	0	0	3	3,4	3	3
Eutrófico	5	45,4	46	51,7	51	51
Sobrepeso	3	27,3	23	25,8	26	26
Obesidade	3	27,3	17	19,1	20	20
Total	11	100	89	100	100	100

Fonte: Elaborado pelos autores, 2016.

Tabela 2 – Comportamento alimentar e prática de atividade física realizada pelos acadêmicos do curso de gastronomia de uma Instituição Privada da cidade de Montes Claros – MG.

Mudanças no comportamento alimentar e físico		Masculino (n=11)	Adequação (%)	Feminino (n=89)	Adequação (%)
Variação de peso nas últimas duas semanas	Diminuiu	0	0	19	21,4
	Não Mudou	5	45,4	50	56,1
	Aumentou	6	54,6	20	22,5
Avaliação da alimentação durante o último mês	Não mudou	2	18,2	40	45,0
	Comendo Mais	5	45,4	25	28,1
	Comendo Menos	4	36,4	24	26,9
Quantidade Consumida de Alimentos	Pouca	2	18,2	55	61,8
	Pouquíssima	2	18,2	0	0
	Muita	7	63,6	34	38,2
Realização do Exercício Físico	Sim	7	63,6	31	34,8
	Não	4	36,4	58	65,2
Frequência Prática de Atividade Física por Semana	7 dias	1	14,3	0	0
	3 a 4 dias	1	14,3	15	55,6
	2 a 3 vezes por semana	5	71,4	12	44,4
Frequência de Consumo de Frituras e Doces	7 dias	7	63,6	41	46,0
	3 a 4 dias	2	18,2	35	39,3
	2 a 3 vezes Poucas vezes ao mês	1	9,1	5	5,7
		1	9,1	8	9,0

Fonte: Elaborado pelos autores, 2016.