

**CLASSIFICAÇÃO DA QUALIDADE ALIMENTAR DE ESTUDANTES
UNIVERSITÁRIOS DO BLOCO B DO CENTRO UNIVERSITÁRIO VÁRZEA
GRANDE – UNIVAG**

Amanda Escobar¹, Aline Bueno, Daiane Araújo¹, Natália Prado¹, Raianny Corrêa¹,
Jackeline Corrêa F. de Arruda B. Massad², Luciana Regis Banhara²

¹ Graduanda do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG), ² Docente do Curso de Nutrição do UNIVAG

Introdução: O avanço na ciência da alimentação e nutrição tem se tornado constante no último ano e este estudo gera resultados que devem ser usados para a melhoria da qualidade de vida da população. Segundo o guia alimentar brasileiro, a alimentação Adequada e Saudável é a prática alimentar apropriada aos aspectos biológicos e socioculturais dos indivíduos, bem como ao uso sustentável do meio ambiente. **Objetivo:** Avaliar a quantidade de refeições realizadas dos estudantes da universidade de Várzea Grande do Bloco B. **Métodos:** Trata-se de um estudo com questionários investigativos com questões aberta e de múltipla escolha, para estudantes universitários dos sexos femininos e masculinos, do bloco B, do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG). Foram selecionados aleatoriamente, através de convite e participação espontânea. Os dados foram coletados através de questionário previamente elaborados e utilizou-se o programa Microsoft Excel para tabulação e análise dos dados. Este trabalho é oriundo da disciplina de Bioestatística do curso de Nutrição do UNIVAG. **Resultados:** Foram entrevistados 15 alunos do bloco B, sendo eles do sexo feminino e masculino. Com relação à Qualidade e Quantidade alimentar de Adultos Universitários, observou-se que (25%) do sexo feminino podem ser classificados como ótimo (14,3%) do sexo masculino e (12,5%) do sexo feminino como bom, (85,7%) do sexo masculino e (62,5%) do sexo feminino como ruim. Usando como base para a classificação o Guia Alimentar. **Conclusão:** Foi observado que a quantidade e qualidade alimentar de acordo com a classificação e comparação entre os sexos foi à minoria sendo somente do sexo feminino ótima e a maioria do sexo masculino ruim, o que os coloca em risco para o desenvolvimento de vários agravos à saúde.

PALAVRAS CHAVES: Estudantes, consumo de frutas, qualidade alimentar.