

Fatores de risco para DANT no contexto da saúde mental: um estudo com universitários fluminenses

MARIA ALICE DOS SANTOS NOGUEIRA, RAQUEL SANTIAGO VITORINO, CAMILA BASTOS FAUSTINO, STHEFANY DE JESUS RAMOS, MANUELLA BRUNNY RODRIGUES ALMEIDA, BRUNO DOS SANTOS DE ASSIS, LEILA SICUPIRA CARNEIRO DE SOUZA LEÃO e LUANA AZEVEDO DE AQUINO

Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro - UNIRIO, Rio de Janeiro, RJ, .

Introdução: A concepção de vida saudável integra o bem-estar físico, social e mental, e não somente a ausência de doenças. O ambiente universitário pode influenciar as escolhas alimentares, bem como o modo de vida dos acadêmicos, promovendo ou não os fatores de risco para agravos na saúde física e sintomas de ansiedade. **Objetivo:** Apresentar prevalências de fatores de risco para doenças e agravos não transmissíveis (DANT) em universitários fluminenses, associando sintomas de ansiedade e indicadores antropométricos. **Método:** Trata-se de um recorte seccional do “Estudo Longitudinal de Nutrição e Saúde em Universitários (NUTSAU)”, realizado na Universidade Federal do Rio de Janeiro - Campus Macaé. Foram coletados dados sociodemográficos (VIGITEL, 2014), comportamentais, alimentares e de saúde mental (ansiedade, escala IDATE-E), além de avaliação antropométrica. A análise dos dados foi realizada pelo software SPSS versão 21 por meio dos testes qui-quadrado e regressão logística ($p \leq 0.05$). **Resultado:** Foram incluídos 147 participantes na amostra, sendo 63% do sexo feminino, com idade média 19 anos e 93 discentes do curso de ciências biomédicas ($p < 0.001$). Do total, 22% autodeclararam como tendo uma vida não saudável. Como marcadores de estilo de vida, tem-se as prevalências: 98% não fumam, 60% consumiram bebida alcoólica no mês, 40% trocam o almoço por lanche e o dobro o faz com o jantar. Além de tempo de tela excessivo (90%), os jovens caminham em média 27 minutos por dia. Quanto ao estado nutricional, quase 25% estão com excesso de peso (EP) e 11% estão com % de gordura corporal (%GC) elevado. No geral, apenas 6% dos participantes apresentaram nível de ansiedade baixo. Ao associar com o nível de Ansiedade-Estado, observou-se que há 3x mais chance de EP estar acima da mediana ($p = 0,02$), assim como 2,5x mais chance de %GC elevado ($p = 0,03$), além de 3,3x mais chance de relação cintura estatura (RCE) elevada ($p = 0,05$). **Conclusão:** Foram encontradas elevadas frequências de fatores de risco para DANT no estilo de vida de universitários, associados à inadequação do estado nutricional e níveis altos de ansiedade. Estes resultados alertam para necessidade de políticas de promoção à saúde integral dentro das universidades, como estratégia de redução da mortalidade por DANT.