

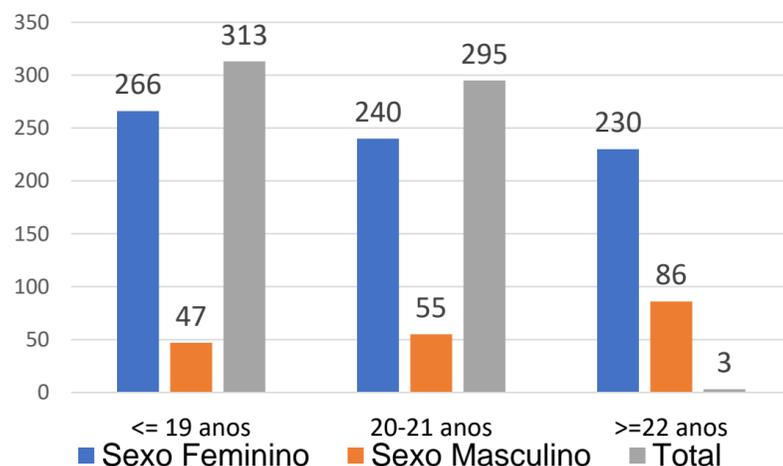
LITERACIA EM ALIMENTAÇÃO DOS ESTUDANTES DO ENSINO SUPERIOR

Manuela Ferreira^a, Raquel Guiné^b, Graça Aparício^a, Sofia Campos^c, Paula Nelas^a, Maria José Oliveira Santos^d

^a IPV-ESSV-UICISA:E; ^b IPV-ESAV- CERNAS; ^c IPV-ESSV- CI&DEI; ^d UTAD-ESSVR- UICISA:E

- **Enquadramento:** Os jovens requerem particular atenção relativamente aos determinantes da saúde relacionados com o estilo de vida e hábitos alimentares sendo muito importante a literacia em saúde alimentar. O ensino superior é considerado um período crucial para que os estudantes desenvolvam hábitos alimentares saudáveis e adotem uma alimentação saudável promotora da sua saúde e bem estar.
- **Objetivos:** Determinar se as variáveis sociodemográficas, académicas e contextuais interferem na literacia em alimentação, nos estudantes do ensino superior.
- **Material e Métodos:** Estudo descritivo, analítico, transversal e correlacional, envolvendo uma amostra de 924 estudantes do ensino superior, com uma idade média de 22,35 anos, na sua maioria do sexo feminino. Os dados foram obtidos através de questionários que recolheram variáveis sociodemográficas e académicas e conhecimentos alimentares (Escala de Literacia Alimentar - ELA).

Faixas etárias da amostra



Literacia em alimentação e estilos de vida

Fatores da literacia em alimentação	Consumo de Álcool			Teste de Kruskal-Wallis	
	Sim (Nº 683)	Não (Nº 160)	Nunca bebi (Nº 81)	H	P
Fator 1. Literacia sobre a composição nutricional dos alimentos	466,19	466,10	424,28	1,839	0,399
Fator 2. Literacia sobre a rotulagem e escolhas alimentares	466,47	464,24	425,61	1,726	0,422
Fator 3. Literacia sobre práticas alimentares saudáveis	464,87	466,62	434,42	0,998	0,607
Literacia em Alimentação	465,62	466,63	428,07	1,482	0,477

Nível de literacia em alimentação em função do sexo

Variáveis	Sexo Feminino		Sexo Masculino		Total		Residuais Ajustados		x ²	P
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Fem.	Masc.		
	736	79,7	188	20,3	924	100				
Literacia Baixa	185	20,0	52	5,6	237	25,6	-0,7	0,7		
Literacia Moderada	361	39,1	94	10,1	455	49,2	-0,2	0,2	1,12	0,571
Literacia Elevada	190	20,6	42	4,5	232	25,1	1,0	-1,0		

Literacia em alimentação e nacionalidade

Fatores da literacia em alimentação	Portuguesa (N=887)	Estrangeira (N=37)	Teste de Mann-Whitney	
	OM	OM	Z	P
Fator 1. Literacia sobre a composição nutricional dos alimentos	467,52	342,16	-2,814	0,005
Fator 2. Literacia sobre a rotulagem e escolhas alimentares	466,45	367,84	-2,215	0,027
Fator 3. Literacia sobre práticas alimentares saudáveis	466,96	355,49	-2,502	0,012
Literacia em Alimentação	467,46	343,68	-2,767	0,006

• **Resultados:** A ELA integra 3 fatores com correlações positivas e significativas $r = 0,900$. A maioria dos estudantes tem um nível de literacia moderado. Os estudantes com 22 anos ou mais têm o nível mais elevado de literacia sobre a composição nutricional dos alimentos ($81,41 \pm 14,87$). Os estudantes que nunca fumaram têm mais literacia sobre rotulagem e escolhas alimentares ($OM=470,86$). Os estudantes portugueses são mais literados que os estrangeiros.

• **Conclusão:** Os resultados obtidos no processo de validação da ELA indicam a existência de uma estrutura multidimensional, diferenciando-se em três dimensões com correlações positivas entre si. O valor de alfa de Cronbach obtido indica uma boa consistência interna. Os resultados apontam para a necessidade de melhorar os níveis de literacia em alimentação nos estudantes de ensino superior, com programas formativos eficazes. A nacionalidade interfere no nível de literacia em alimentação. O sexo, idade, desempenho académico e consumo de tabaco e álcool não têm efeito sobre os conhecimentos em alimentação.

Bibliografia: Barros, L. S., Rêgo, M. C., Montel, D. C., Santos, G. F. F. S., & Paiva, T. V. (2020) Entendimento e uso da rotulagem nutricional de alimentos por estudantes. <https://downloads.editoracientifica.org/articles/210203071.pdf>.
 Contento, I.R. (2015). Nutrition Education. Jones & Bartlett Publishers.
 Kabir, A., Miah, S., & Islam, A. (2018). Factors influencing eating behavior and dietary intake among resident students in a public university in Bangladesh: A qualitative study. *PLoS One.*; 13(6):e0198801. doi:10.1371/journal.pone.0198801.
 Florença SG, Ferrão AC, Ferreira M, Duarte J, Nunes B, Morais P, Sanches R, Abrantes R, Guiné R (2019, maio). Study about eating habits of higher education students. In e- Resumos do XVIII Congresso de Nutrição e Alimentação, Porto: Associação Portuguesa de Nutrição. Galvão, A., Castro, F. (2021). Literacia em saúde. In A. Galvão, A. Ferreira, A. Gonçalves, A. Martins, A. Monteiro, A. Silva, et al. (Eds.), *Literacia em Saúde e Autocuidado: Evidência que Projetam a Prática Clínica* (pp. 9-21). Euromédica, Edições Médicas.
 Galvão, A., Pina, A., Pinheiro, M. (2021). Atitudes, Comportamentos de Saúde, Vivências Académicas e Literacia de Estudantes do Ensino Superior: estudo empírico. In A. Galvão, A. Ferreira, A. Gonçalves, A. Martins, A. Monteiro, A. Silva, et al. (Eds.), *Literacia em Saúde e Autocuidado: Evidência que Projetam a Prática Clínica* (p. 198). Euromédica, Edições Médicas.

Agradecimentos : Este trabalho é financiado por Fundos Nacionais através da FCT – Fundação para a Ciência e a Tecnologia, I.P., no âmbito do projeto Ref^a UIDB/05507/2020. Agradecemos a Unidade de Investigação em Ciências da Saúde: Enfermagem (UICISA: E), acolhida pela Escola Superior de Enfermagem de Coimbra (ESEnC) e financiada pela Fundação para a Ciência e a Tecnologia (FCT). Os autores gostariam também de agradecer o apoio do Instituto Politécnico de Viseu.