



SENSAÇÕES PÓS-INGESTÃO DE ALIMENTOS GORDUROSOS, SALGADOS E DOCES: ESTUDO PILOTO COM ADOLESCENTES

Larissa Elvas Soares ¹
Brenda Macedo Quaresma ²
Camilla de Jesús Pires ³
Najela Thays Vera Costa ⁴
Jéssica Batista Beserra ⁵
Marize Melo dos Santos ⁶
Luana Mota Martins ⁷

INTRODUÇÃO: O comportamento alimentar do adolescente vincula-se fortemente aos padrões manifestados pelo grupo etário ao qual ele pertence e pode contribuir para as alterações no estado nutricional. Em decorrência disso, vem sendo fortemente estimulado o desenvolvimento de estratégias de intervenção nutricional, inseridas no campo da educação em saúde, como uma perspectiva para o controle dos eventuais problemas que apareçam nessa fase da vida. O sabor é um dos principais determinantes do desenvolvimento de preferências e aversões alimentares, influenciando, dessa forma, na escolha dos alimentos e, consequentemente, na saúde e no risco de doenças no ser humano.

OBJETIVOS: O presente estudo visou observar as sensações de adolescentes pós-ingestão de alimentos gordurosos, salgados e doces em escolas (uma pública e uma privada) de Teresina-PI.

METODOLOGIA: O estudo foi realizado entre outubro de 2013 e fevereiro de 2014 por bolsistas do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica (PIBIC) da Universidade Federal do Piauí. A amostra foi composta por 60 questionários, aplicados em duas escolas, sendo 30 na escola pública e 30 na escola privada, situadas em zonas diferentes (norte e leste) de Teresina-PI. O questionário era composto por quatro questões referentes às sensações após a ingestão de alimentos, indicando sentimentos como nada, bem-estar e mal-estar relacionados ao gosto, aspecto, cheiro e cor dos alimentos. Os dados foram inseridos no Programa Microsoft Excel, 2010. A análise dos resultados foi realizada por meio de gráficos e tabelas.

RESULTADOS E DISCUSSÃO: Os alunos referiam sentimento de “bem-estar” após a ingestão de alimentos como macarrão com salsicha (19%), chocolate (25%), refrigerante/sorvete (19%) e preparação arroz com feijão (25%). Sensação de “mal-estar” quando consumiram legumes ou verduras, folhosos, sanduíche natural e suco de fruta natural, sendo o percentual médio de 12% das respostas.

CONCLUSÃO: Os alimentos ricos em gorduras, açúcares e sódio produzem melhor palatabilidade que os alimentos neutros.

1 - UNIVERSIDADE FEDERAL DO PIAUÍ - UFPI - 2 - UNIVERSIDADE FEDERAL DO PIAUÍ - UFPI - 3 - UNIVERSIDADE FEDERAL DO PIAUÍ - UFPI - 4 - UNIVERSIDADE FEDERAL DO PIAUÍ - UFPI - 5 - UNIVERSIDADE FEDERAL DO PIAUÍ - UFPI - 6 - UNIVERSIDADE FEDERAL DO PIAUÍ - UFPI - 7 - UNIVERSIDADE FEDERAL DO PIAUÍ - UFPI.