

PERFIL ALIMENTAR E ATROPOMÉTRICO DE POLICIAIS MILITARES DE UM QUARTEL DO COMANDO GERAL DE FORTALEZA-CEARÁ

**LIRA, Sandra Machado¹
LACERDA, Maria Raquel Lima²
SILVA, Cláudia Rivele Souza³
LIMA, Wanessa Oliveira de Lima⁴
SILVA, Camila Sousa⁵
ABREU, Ernângela Façanha⁶**

RESUMO

Estudos mostram que, a saúde dos Policiais Militares (PMs) é influenciada por alguns fatores como: genético, saúde física e mental, alimentação e meio ambiente. Os PMs apresentam uma predisposição a desenvolver doenças crônicas não transmissíveis, em consequência ao sedentarismo e má alimentação, levando a um ganho de peso e acúmulo de gordura visceral, correlacionado com a aquisição de estresse, irritabilidade e insônia, por conta do seu estilo de trabalho. Avaliar o perfil nutricional dos policiais militares do Quartel do Comando Geral da Polícia Militar de Fortaleza-Ceará. Foi realizado um estudo transversal, descritivo e analítico sobre a alimentação, aplicando um questionário sobre alimentos que normalmente consumiam e foi realizada algumas medidas antropométricas: peso, altura, circunferência da cintura e circunferência quadril dos policiais que se disponibilizaram participar e assinaram um termo de consentimento livre e esclarecido. Com os dados de peso e altura, calculou-se o IMC (kg/m^2) do indivíduo pesquisado e classificou-se conforme OMS, 1998. No total participaram 14 policiais, sendo 10 homens e 4 mulheres. A média de idade de homens e mulheres, respectivamente foi de: 45 e 36 anos. Em relação à média do peso entre homens e mulheres, respectivamente houve uma pequena variação, ficando a média em torno de 85,79 kg e 82,62kg. A altura teve uma média para homens e mulheres, respectivamente, em torno de 1,69m e 1,59m. O IMC ficou em torno de 29,79 kg/m^2 para homens, classificando-os como sobrepeso e para mulheres foi de 32, 40 kg/m^2 , sendo obesidade grau 1. Em relação a circunferência da cintura teve uma média de 95,55 e 89, para homens e mulheres, respectivamente, o que corresponde risco de doenças ligadas ao coração. Já o cálculo cintura/quadril observou-se que os homens em média apresentaram 0,902 o que significa risco cardiovascular e as mulheres em média apresentaram como resultado 0,812, logo não teriam risco cardiovascular. Sobre a realização de atividades físicas, à maioria relatou que fazia atividades físicas. Em relação as refeições realizadas, foi observado que 8 dos 14 participantes precisavam melhorar na qualidade nutricional dos alimentos consumidos, prevalência de alimentos ultraprocessados. Uma boa alimentação e saúde na vida de um policial é primordial para a realização de seu ofício, sem trazer danos para si. Logo de acordo com os resultados apresentados, faz-se necessário uma

¹Doutora em Biotecnologia aplicada à Saúde. E-mail: Sandra_liram@yahoo.com.br

²Especialista em Saúde da Família e Comunidade. E-mail: raquellacerda2810@gmail.com

³Acadêmica de Nutrição. E-mail: c.rivele@hotmail.com

⁴Acadêmica de Nutrição. E-mail: wanessa.lima.lima0802@gmail.com

⁵Acadêmica de Nutrição. E-mail: camila.sousa.da.silva@hotmail.com

⁶Acadêmica de Nutrição. E-mail: nanaabreuf@yahoo.com



mudança no estilo de vida desses policiais, com enfoque na prevenção das doenças cardiovasculares, e um maior investimento na educação alimentar e nutricional.

PALAVRAS-CHAVE: Nutricionista; Alimentação; Adultos

¹Doutora em Biotecnologia aplicada à Saúde. E-mail: Sandra_liram@yahoo.com.br

²Especialista em Saúde da Família e Comunidade. E-mail: raquellacerda2810@gmail.com

³Acadêmica de Nutrição. E-mail: c.rivele@hotmail.com

⁴Acadêmica de Nutrição. E-mail: wanessa.lima.lima0802@gmail.com

⁵Acadêmica de Nutrição. E-mail: camila.sousa.da.silva@hotmail.com

⁶Acadêmica de Nutrição. E-mail: nanaabreuf@yahoo.com