



III Semana de Biologia

Meio ambiente e a perda da biodiversidade:
Qual o papel da sociedade diante da crise ambiental?

De 05 a 08 de novembro de 2025

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia – UESB
Campus Juvino Oliveira – Itapetinga, BA

IMPACTO DA ROTINA ACADÊMICA NA ALIMENTAÇÃO DOS DISCENTES DA UNIVERSIDADE ESTADUAL DO SUDOESTE DA BAHIA – CAMPUS ITAPETINGA

**Laís Hanna Ferraz Amorim¹; Livia Santos Carneiro¹; Pedro Lucas Souza de Andrade¹;
Murilo Marques Scaldaferr²**

¹ Graduando em Biologia, Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia/UESB, Itapetinga – BA; ² Docente da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Itapetinga – BA.

RESUMO: A qualidade de vida de cada indivíduo é diretamente influenciada por aspectos como os hábitos alimentares que, a partir do ingresso na Universidade, podem ser impactados por fatores como: a rotina de aulas e atividades extracurriculares, obtenção de um bom desempenho acadêmico e responsabilidade com horários e prazos. Portanto, a alimentação pode se tornar desequilibrada com o aumento do consumo de alimentos de menor valor nutricional e a quantidade inadequada de alimento consumido diariamente. Nesse contexto, objetivou-se analisar os hábitos alimentares dos discentes da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (Uesb) – *campus* Itapetinga. Foi desenvolvido um formulário disponibilizado na plataforma Formulários Google, sendo divulgado em grupos compostos por discentes da Uesb. 44 discentes participaram desta pesquisa. 33 (75%) afirmaram que o período letivo ou semana de provas influencia na alimentação; 32 (72,7%) optam por alimentos prontos/pré-prontos e/ou processados devido à falta de tempo; 39 (88,6%) disseram se sentir ansiosos, e 33 (75%) afirmaram que a ansiedade afeta a alimentação de alguma forma (seja comendo mais, menos ou consumindo alimentos com menor valor nutricional). Dentre os 29 discentes que moram com a família (66%), 19 (65,5%) têm a alimentação afetada pelo período letivo e 16 (55,2%) consomem alimentos processados. Dentre os 15 que moram sozinhos ou com colegas (34%), 13 (86,7%) relataram impacto alimentar e 12 (80%) consomem alimentos processados, sugerindo maior vulnerabilidade desse grupo se comparado aos que vivem com familiares. Dos 20 alunos em semestres iniciais (1º ao 4º) (45,5%), 16 (80%) relataram impacto alimentar e 15 (75%) consomem alimentos processados. Dos 24 em semestres avançados (5º ao 10º) (54,5%), 17 (70,8%) relataram impacto e 17 (70,8%) consomem alimentos processados. Os discentes em início de curso enfrentam mais instabilidade alimentar, provavelmente por estarem se adaptando à rotina acadêmica. Além disso, foi relatado maior consumo de doces, aumento do apetite e surgimento de doenças como a obesidade e transtornos de compulsão alimentar. Os resultados demonstram que a rotina acadêmica impacta nos hábitos alimentares dos discentes, fazendo com que haja uma piora na alimentação tanto no fator nutricional quanto na quantidade de alimento consumido, corroborando com outros relatos expostos na literatura científica.

PALAVRAS-CHAVE: Hábitos; Qualidade de vida; Saúde; Universitários.