



XXXIV ENCONTRO DE JOVENS PESQUISADORES,
XVI MOSTRA ACADÊMICA DE INOVAÇÃO E TECNOLOGIA e
I MOSTRA DE EXTENSÃO: CONEXÕES ENTRE
UNIVERSIDADE E COMUNIDADE.



ASSOCIAÇÃO ENTRE CONSUMO ALIMENTAR, TRANSTORNOS MENTAIS COMUNS E OBESIDADE EM MULHERES TRABALHADORAS DA SAÚDE NO SUL DO BRASIL

Bruna Marculina (Não Bolsista), Heloísa Theodoro (Orientador(a))

Entre os profissionais da área da saúde, a força de trabalho é composta predominantemente por mulheres, as quais tendem a ser mais afetadas pelas consequências da organização laboral em turnos, especialmente quando associadas à dupla jornada e às responsabilidades familiares. O objetivo da presente pesquisa foi analisar a associação entre Consumo Alimentar, Transtornos Mentais Comuns (TMC) e Obesidade em mulheres trabalhadoras da área da saúde do município de Caxias do Sul. Trata-se de um estudo transversal realizado com 877 mulheres trabalhadoras de serviços públicos de saúde de Caxias do Sul, aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa sob o parecer nº 7.134.723. Os dados foram coletados por meio de entrevistas presenciais entre Agosto e Novembro de 2025. O consumo alimentar foi avaliado por Questionário de Frequência Alimentar (QFA) adaptado do SISVAN, os TMC foram rastreados pelo Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20) e a obesidade foi determinada pelo Índice de Massa Corporal (IMC). As associações foram avaliadas por meio do teste do qui-quadrado, considerando significância estatística de $p < 0,05$. Como resultados, verificou-se uma prevalência de TMC de 49,0%, enquanto 37,1% das participantes apresentaram sobrepeso e 32,8% obesidade. Mulheres com idade mais avançada apresentaram maior consumo de alimentos in natura e menor consumo de ultraprocessados. A realização de quatro ou mais refeições diárias e a prática de atividade física estiveram associadas a um padrão alimentar mais saudável. Observou-se associação significativa entre TMC e menor consumo de alimentos in natura, como frutas, legumes e saladas, além de maior consumo de alimentos ultraprocessados, incluindo refrigerantes, biscoitos recheados, embutidos e batata frita. Em relação à obesidade, apenas o consumo frequente de batata frita apresentou associação significativa. Desta forma, a presença de TMC esteve associada a pior qualidade da alimentação, caracterizada por maior consumo de alimentos ultraprocessados e menor ingestão de alimentos in natura. Os achados reforçam a importância de estratégias integradas de promoção da saúde, contemplando alimentação saudável e cuidado com a saúde mental no ambiente de trabalho da área da saúde.

Palavras-chave: Obesidade, Consumo Alimentar, Saúde Mental

Apoio: UCS