

Programa Institucional de Bolsas
de Iniciação Científica PIBIC

23 a 25
outubro

Pró-Reitoria de Pesquisa - Pibic/CNPq
Pró-Reitoria de Graduação - SAE/Unicamp



B0322

A ALIMENTAÇÃO E A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA: COMO SE RELACIONAM E QUAIS ESTRATÉGIAS DE MUDANÇA COMPORTAMENTAL SÃO MAIS EFETIVAS?

Camila Simões Soares (Bolsista ProFIS/SAE) e Prof. Dr. Roberto Vilarta (Orientador),
Faculdade de Educação Física - FEF, UNICAMP

Na sociedade contemporânea há uma crescente valorização do tempo, fazendo com que as pessoas optem por uma alimentação mais rápida, e menos saudável na maioria das vezes, e também não tendo o hábito da prática de atividade física. Sendo assim, este estudo visa, por meio de pesquisas bibliográficas, avaliar os impactos desse novo padrão de vida da sociedade e melhores formas de promoção de qualidade de vida. Até agora quatro tarefas foram realizadas, dois textos englobando o tema do projeto e sua presença na mídia, e duas apresentações feitas no Power Point sobre artigos pesquisados no site SciELO, e sobre os principais descritores da pesquisa no DeCS. Algumas apresentações e discussões sobre o tema foi ministrada pelo orientador e tendo a presença de outros quatro alunos iniciantes que possuem projetos que se relacionam com este. O presente estudo ainda está em andamento, porém espera-se encontrar, por meio da pesquisa bibliográfica, dados suficientes para analisar os riscos da alimentação não saudável e da não prática de atividade física, e também estudar os melhores métodos de intervenção na sociedade.

Alimentação saudável - Comportamento alimentar - Educação física