

HÁBITOS ALIMENTARES DOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM QUE ATUAM EM CRATO, JUAZEIRO DO NORTE E BARBALHA.

Os hábitos alimentares mostram-se atualmente como fortes influenciadores da qualidade de vida das pessoas, principalmente quando validamos a forte associação da alimentação inadequada com o desenvolvimento das doenças crônicas degenerativas. **Objetivo:** Nesse contexto, o presente trabalho tem como objetivo investigar os hábitos alimentares dos Profissionais de Enfermagem, salientando aspectos como sua rotina diária, a quantidade e qualidade dessa alimentação, levando em consideração que o enfermeiro tem uma carga horária exaustiva, muitas vezes sem horário adequado e destinado a alimentação. **Metodologia:** A pesquisa é de natureza exploratória e quantitativa, onde foram entrevistados 40 enfermeiros das cidades de Crato, Juazeiro do Norte e Barbalha no estado do Ceará, através de questionário estruturado. **Resultados:** Os resultados obtidos revelam um elevado consumo de frituras, evidenciado em 40% das respostas; o consumo frequente das massas, presente em 82,5% dos casos; a ingestão de gorduras lidera um consumo diário em 55% dos casos e a ingestão de doces e seus derivados no contexto diário, atinge um percentual de 75%. Além disso, mais da metade revelam não praticar nenhum tipo de atividade física. **Conclusão:** Diante destas informações foi possível observar um padrão alimentar rico em gorduras, doces, massas e pobre em frutas e vegetais, no qual se pode ressaltar a necessidade de uma reeducação alimentar. **Resultados:** Portanto nota-se a importância de horários destinados às refeições diárias dentro do ambiente de trabalho e a introdução de algum tipo de atividade física praticada de maneira regular, para que possa refletir na melhoria da qualidade de vida do público em questão.