**CONSUMO DE PESCADO E SUA IMPORTÂNCIA COMO PROTEÍNA ANIMAL ENTRE OS ALUNOS DO CURSO DE ENGENHARIA DE PESCA UFRPE/UAST.**

**Pollyana Dias da Costa1\*; Maria Mirele Nogueira Barbosa2; José Izenaldo Nascimento Filho3; Juliana Maria Aderaldo Vidal4.**

1pollyanadiasc@hotmail.com. Graduanda em Engenharia de Pesca UFRPE-UAST/ 2mimirele.95@gmail.com. Graduanda em Engenharia de Pesca UFRPE-UAST/ 3izenaldoarruda@gmail.com. Graduando em Engenharia de Pesca UFRPE/UAST/ 4julymav@yahoo.com.br. Doutora em Recursos Pesqueiros e Aquicultura pela UFRPE.

**RESUMO**

A proteína animal oriunda do pescado é de alta digestibilidade, o que acarreta em uma melhor absorção e inclusão de aminoácidos de grande importância biológica, além do incremento de uma opção mais saudável em diversos aspectos, comparado à carne vermelha. Nas últimas décadas, houve um crescimento na atividade aquícola, o que proporcionou uma maior oferta de pescado e como uma das consequências diretas o aumento do consumo por estes produtos. Com base nestas premissas objetivou-se com este trabalho avaliar o consumo de pescado entre estudantes do curso de Engenharia de Pesca da Universidade Federal Rural de Pernambuco, Unidade Acadêmica de Serra Talhada. A pesquisa fundamentou-se em análise quantitativa por meio de questionário composto das seguintes perguntas objetivas “1.Gênero e faixa etária; 2. Você consome pescado?; 3. Qual a frequência de consumo?; 4. Qual pescado você prefere?; 5. Motivos que levam você a consumir?”. Os questionários foram distribuídos de forma casualizada, entre 32 alunos que corresponderam a cerca de 20% dos estudantes matriculados no curso no período de 2016.1. Os resultados foram analisados através de estatística descritiva. Diante dos dados coletados foi possível observar que 62,50% eram do sexo masculino e 37,50% feminino, com uma faixa etária entre 18-30 anos. Em relação ao consumo, 96,87% afirmaram consumir pescado e apenas 3,13% responderam que não consomem. Com relação a frequência de consumo do pescado, 12,50% consome uma vez por semana, 34,37% consome uma vez por mês, 28,12% duas vezes ou mais por mês e superior a esta frequência apenas uma vez por ano. Foi observado que a preferência para o consumo é representada principalmente por peixes com 71,87%, seguido de camarão com 25%. A maioria dos entrevistados (68,75%) afirmaram consumir pescado por ser um alimento saudável, 25% por apresentar um alto valor protéico e 6,25% não souberam responder. Diante dos resultados observou-se que os alunos do referido curso incluem o pescado em suas dietas e conhecem a importância do consumo deste tipo de proteína, o que podemos considerar de grande importância tendo em vista os benefícios para saúde humana. Entende-se que pelos entrevistados serem do curso de Engenharia de Pesca, o consumo é bastante evidenciado, como reflexo da vivência dos mesmos com a área e por conhecerem tais ganhos de forma mais aprofundada.

**Palavras-chave:** frequência de consumo, peixes, alimentação saudável.