

mega  
**Evento**  
**NUTRIÇÃO**  
**2010**

11º Congresso Internacional de Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida

11º Congresso Internacional de Gastronomia e Nutrição

6º Fórum Nacional de Nutrição

5º Simpósio Internacional da American Dietetic Association (USA)

3º Simpósio Internacional da Nutrition Society (United Kingdom)

3º Simpósio Internacional do Le Cordon Bleu (França)

1º Simpósio Internacional da Associação Espanhola de Nutricionista e Dietistas (Espanha)

2º Concurso Gastronomia Saudável

**30/set a 02/out/2010**

**Centro de Convenções e Eventos Frei Caneca | São Paulo - SP**

**Rumos da Nutrição**  
**Mundial e Nacional**

**Ciência, Cultura e Prazer**

# Nutricionista:

solicitar o **exame de colesterol** de seus pacientes também é importante.

- ✓ Além dos cuidados com o peso, o controle do colesterol sérico do paciente é fundamental: a eliminação da dislipidemia permite evitar 49% dos casos de Infarto Agudo do Miocárdio<sup>1</sup>.
- ✓ O colesterol representa um dos principais fatores de risco para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares, que são, atualmente, a principal causa de morte no Brasil e no mundo<sup>2-4</sup>.

O controle do colesterol associado à manutenção de um peso saudável é um aliado do nutricionista na prevenção de doenças cardiovasculares.



Imagens ilustrativas

Ao cuidar da saúde do coração de seus pacientes você colabora para a promoção da saúde da população. **Cada gesto conta.**

1. Yusuf S, Hawken S, Ounpuu S, Dans T, Avezum A, Lanas F, McQueen M, Budaj A, Pais P, Varigos J, Lisheng L, on behalf of the INTERHEART Study Investigators. Effect of potentially modifiable risk factors associated with myocardial infarction in 52 countries (the INTERHEART Study): case control study. *Lancet* 2004; 364: 937-52.

2. WHO: The World Health Report 2002. Reducing Risk and Promoting Healthy Life. Geneva, World Health Organization, 2002.

3. WHO: Preventing Chronic Diseases. A Vital Investment. Geneva, Who Health Organization, 2005.

4. Organização Pan-Americana da Saúde. Indicadores básicos para a saúde no Brasil: conceitos e aplicações/Rede Interagencial de Informação para a Saúde - Ripsa. - 2ª ed. - Brasília, 2008.

# Jasmine

## Uma linha completa para uma nutrição integral!



Há 20 anos no mercado, a Jasmine é referência no segmento de alimentação saudável e funcional, oferecendo produtos alinhados à filosofia de promover saúde e qualidade de vida através de alimentos nutritivos, com sabor e qualidade diferenciados.

São 120 produtos naturais, integrais e orgânicos especialmente elaborados com ingredientes selecionados, isentos de aditivos químicos ou substâncias nocivas ao ser humano e ao meio ambiente.

Quem consome produtos Jasmine tem a consciência de que fez a melhor escolha para a promover a saúde e o bem-estar.

Faça seu cadastro em nosso site no link do SAC Jasmine e receba nossas novidades!



[www.jasminealimentos.com](http://www.jasminealimentos.com)



@JasmineAlim



[blog.jasminealimentos.com](http://blog.jasminealimentos.com)



/jasminealimentos



**MIDWAY** suplementos alimentares de alta tecnologia, elaborados com base em pesquisa científica e produzidos sob rigoroso controle de qualidade, garantindo o resultado que seu paciente precisa!



A **MIDWAY** lança no Brasil o suplemento mais consumido por atletas vencedores em todo o mundo, a CREATINA. A linha de creatinas da **MIDWAY** é composta com a pura creatina monohidratada micronizada HPLC importada. Produzida nas versões: pura (em pó), tabletes, cápsulas ou cocktail (em pó associado com carboidrato complexo e aromatizado nos sabores guaraná com açúcar e uva.

**MIDWAY: TECNOLOGIA E PESQUISA DE RESULTADO!**



Nutricionista, amplie seus serviços de assessoria e consultoria!

O Dietpro Rotulagem vai te ajudar!

Calcular as informações nutricionais dos rótulos dos alimentos se tornou muito mais fácil!

E ainda você poderá imprimir os rótulos em etiquetas personalizáveis

*O seu universo de clientes poderá aumentar!*

O que era assim ... poderá ficar assim ...

centav/ufv

A.S. Sistemas

31 3892-7700 [www.dietpro.com.br](http://www.dietpro.com.br)

**Dietpro** 1.5  
rotulagem

30 anos de sucesso no mercado

[www.cardiomed.com.br](http://www.cardiomed.com.br)

**CARDIOMED**  
MEDICINA, SPORTS & FITNESS

*Soluções para Avaliação Física e Nutricional*

WCS

MALTRON

CESCORF OMRON

TANITA

Roche

WISO

beurer



**Nutricionistas recomende  
Saúde e Qualidade aos seus pacientes.**



**Recomende:**



**Palmito Pupunha  
São Cassiano.  
O único pré-cozido,  
congelado,  
sem conservantes,  
100% natural.**



Tels.: (11) 3814-6473 / 3812-4575

[www.palmitopupunha.com](http://www.palmitopupunha.com)

**Produto indicado  
para Celíacos!**



**20 Anos**  
EMBALAGEM  
DE AÇO

**Conserva por dentro e protege por fora.**

Sem conteúdo, uma embalagem não faria o menor sentido, certo? Porém se esses conteúdos não forem 100% preservados a embalagem faz-se desnecessária. A lata de aço garante 100% a qualidade e a conservação dos alimentos, oferecendo frescor, sabor e nutrientes ao dispor de toda a família, a qualquer hora e lugar. E como toda embalagem de verdade, a lata de aço é 100% sustentável financiando programas sócio-ambientais.

As embalagens de aço são, também, recicláveis infinitas vezes sem perder as características originais do metal, contribuem com a redução do desperdício e são reutilizáveis. Agora se você procura segurança, adivinha? A lata dá um show, ela é resistente ao empilhamento, economiza espaço no armazenamento e resiste a oscilações de temperatura não comprometendo a qualidade dos produtos.

Reciclagem, economia e saúde são diferenciais que fazem da lata a melhor opção de embalagem.



É a melhor aliada para conservação dos alimentos, pois protege contra a ação da luz e do oxigênio. Dispensa a adição de aditivos ou conservantes químicos.



As latas de aço são 100% recicláveis, e degradáveis em curto período, em nada 5 anos.



Oferece proteção incomparável as fêmeas, não é inflamável, segura, resistente, ecológica, fácil de armazenar e de transportar.



**ABEAÇO**  
www.abeaco.org.br

Publicação Bimestral da Núcleo Consultoria - Atualização Científica em Nutrição • Av. Vereador José Diniz, 3651 cj. 41 cep 04603-004 São Paulo/SP - Brasil • Tel: (11) 5041-9321 • Fax: (11) 5041-9097

Email: nucleo@nutricaoempauta.com.br

Homepage: http://www.nutricaoempauta.com.br

**Editora científica:** Dra. Sibebe B. Agostini  
(redacao@nutricaoempauta.com.br)

**Diretor:** Cláudio G. Agostini Jr.  
(diretoria@nutricaoempauta.com.br)

**Coordenadora de Marketing:** Daniela Bossolani Agostini  
(marketing@nutricaoempauta.com.br)

**Conselho Científico:**

Prof. Dra. Andréa Ramalho (UFRJ/RJ)  
Prof. Dr. Antonio Herbert Lancha Junior (EEFE-USP/SP)  
Prof. Dra. Avany Fernandes Pereira (UFRJ/RJ)  
Prof. Dra. Cláudia Cople (UERJ/RJ)  
Prof. Dr. Dan Waitzberg (FMUSP/SP)  
Prof. Dra. Eliane de Abreu (UFRJ/RJ)  
Profa Dra. Fernanda Lorenzi Lazarim - UNICAMP/SP  
Prof. Dr. Flávia Meyer (UFRGS/RS)  
Prof. Dra. Josefina Bressan (UFV/MG)  
Prof. Dra. Joy Dauncey (Cambridge/UK)  
Prof. Dra. Lilian Cuppari (UNIFESP/SP)  
Prof. Dra. Marcia Regina Vitolo (UNISINOS/RS)  
Prof. Dra. Maria Margareth Veloso Naves (UFG/GO)  
Prof. Dr. Mauro Fisberg (UNIFESP/SP)  
Prof. Dr. Melvin Williams (Maryland/USA)  
Profa Dra. Mirtes Stancanelli - UNICAMP/SP  
Prof. Dra. Nailza Maestá (UNESP/SP)  
Prof. Dra. Nelzir Trindade Reis (UVA/RJ)  
Prof. Dr. Ricardo Coelho (UFOP/MG)  
Prof. Dr. Roberto Carlos Burini (FMUNESP/SP)  
Prof. Dra. Rossana Pacheco da Costa Proença (UFSC/SC)  
Prof. Dra. Sonia Tucunduva Philippi (USP/SP)  
Prof. Dr. Teresa Helena Macedo da Costa (UnB/DF)  
Prof. Dra. Thais Borges Cesar (FCF-UNESP/SP)

**Pesquisadora Científica:**

Dra. Ilana Elman (Doutoranda FSP/USP)  
Dra. Michele Caroline da Costa Trindade (Doutoranda FCF/USP)

**Consultor Gastronomia:** Chef Patrick Martin (LCB/PARIS)

**Colaboradores:**

Chef Barbara Kerr  
Chef Fabiana B. Agostini

**Tradutora:** Dra. Cecília Tsukamoto

**Repórter:** Amanda B. Ansaldo (MTB 46767/SP)

**Fotógrafo:** Alexandre Agostini

**Assinaturas:** Léia Rosa de Souza  
(assinaturas@nutricaoempauta.com.br)

**Projeto Gráfico e Editoração Eletrônica:** nippak graphics  
**Tiragem:** 20.000 exemplares • **Impresso em setembro/2010**

**Publicação dirigida para profissionais que atuam na área de saúde e nutrição.** A reprodução dos textos, no todo ou em parte, é permitida desde que citada a fonte. Os artigos assinados são de inteira responsabilidade de seus autores. **Indexação:** A revista Nutrição em Pauta está indexada na Base de Dados PERI da ESALQ/USP.

## Apresentação

Em 2010, além do 11º Congresso Internacional de Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida, do 11º Congresso Internacional de Gastronomia e Nutrição, do 6º Fórum Nacional de Nutrição, do 5º Simpósio Internacional da American Dietetic Association (USA), do 3º Simpósio Internacional da Nutrition Society (England) e do 3º Simpósio Internacional do Le Cordon Bleu (France), teremos também o 1º Simpósio Internacional da Asociación Española de Nutricionistas y Dietistas (Espanha), além de mais 11 cursos pré congresso em nutrição clínica, nutrição hospitalar, nutrição esportiva, nutrição e estética, gastronomia, food service e saúde pública.

Contando desde o ano 2000 com o apoio e a presença das principais entidades internacionais e nacionais do setor de nutrição e alimentação, o Mega Evento Nutrição 2010 vem inovando e crescendo a cada ano, trazendo para os profissionais e estudantes de Nutrição informações confiáveis de aplicação prática no seu dia a dia.

Nutrição Clínica, Nutrição Esportiva, Nutrição Hospitalar, Nutrição Geral, Saúde Pública, Alimentos Funcionais, Food Service, Gastronomia e Aspectos Alimentares/Culturais serão discutidos em profundidade no Mega Evento Nutrição 2010 - o maior evento de Nutrição da América Latina.

Neste ano, teremos também o 2º Concurso de Gastronomia Saudável, com o aval do Le Cordon Bleu (França), onde duplas (Chef e Nutricionista) de todo o país estarão concorrendo a um curso em Paris na mais importante escola de gastronomia da atualidade.

Com relação aos Prêmios Científicos, serão premiados os melhores trabalhos em Nutrição Clínica, Nutrição Esportiva, Nutrição e Saúde Pública e Food Service. Em 2010, pela primeira vez, estaremos premiando tanto os Temas Livres quanto os Pôsteres.

O Mega Evento Nutrição 2010 ocupa uma área de exposições com mais de 2.200 m², com as principais e mais importantes empresas do setor. Utiliza o 4º e o 7º andares do Centro de Convenções Frei Caneca, incluindo a área de exposições, o grande teatro e mais 5 auditórios.

O Mega Evento Nutrição 2010 será realizado de 30/ setembro à 2 de outubro de 2010.

Participe e se atualize, mantendo-se sintonizado com o estado da arte da nutrição.

O Mega Evento Nutrição 2010 conta com mais de 100hs de palestras, simpósios, demonstrações e cursos.

*Sibebe B. Agostini*

Dra. Sibebe B. Agostini  
CRN 1066 - 3ª Região



## Índice |

07. Editorial 08. Mega Evento 09. Congresso Longevidade 11. Congresso Gastronomia 13. Fórum Nutrição  
15. Simposio ADA 15. Simpósio NS 16. Temas Livres 17. Palestras Longevidade 24. Palestras Gastronomia  
30. Trabalhos Científicos Longevidade 130. Trabalhos Científicos Gastronomia 148. Relação de Expositores

## Palestrantes internacionais já confirmados

Todas as palestras internacionais terão tradução simultânea.



**Prof. Jessie M. Pavlinac, MS, RD, CSR, LD**

ADA President 2009-2010. Director of clinical nutrition and patient services at Oregon Health & Science University Hospitals and Clinics. Senior instructor at OHSU's School of Medicine. She also teaches human nutrition as a faculty member of the University of Phoenix in Portland and has a master's degree from the University of Wisconsin and a bachelor's degree from Oregon State University.



**Prof. Dr. Judy Beto, PhD, RD, FADA -**

Professor and Director, Christopher Center for Nutrition Sciences at Dominican University, River Forest, Illinois. Research Associate, Nephrology and Hypertension, at Loyola University Medical Center, Maywood, Illinois. Bachelor of Arts degree in Food and Nutrition from Rosary College, River Forest, Illinois. Master of Health Professions Education, University of Illinois at the Medical Center, Chicago, Illinois. Doctor of Philosophy (PhD) in Education - Measurement, Evaluation, Statistical Analysis from University of Chicago, Chicago, Illinois.



**Prof. Dr. Harry J McArdle BSc PhD**

Deputy Director (Science), Rowett Institute of Nutrition and Health, University of Aberdeen. Professor in Biomedical Sciences, University of Aberdeen, Special Professor in Biological Sciences, University of Nottingham. Member of the Scientific Advisory Committee for Nutrition. Currently Honorary Treasurer, Nutrition Society (Great Britain and Ireland). Has published over 90 peer reviewed articles.



**Prof. Dr. Nicola Lowe BSc, PhD, Rnut**

Senior Lecturer in Nutrition at the University of Central Lancashire (UCLan), and registered Nutritionist (Nutrition Society Great Britain and Ireland). Lead UCLan researcher for "Eurecca" (EC Network of Excellence). Has published over 40 peer reviewed articles.



**Prof. Giuseppe Russolillo** - Presidente de la Asociación Española de Dietistas-Nutricionistas (AEDN). Titulado Universitario en Nutrición Humana y Dietética, Universidad de Navarra, Facultad de Ciencias de la Salud. Master Europeo en Nutrición y Metabolismo, Universidad de Navarra, Facultad de Farmacia. Profesor colaborador de los "Cursos de Postgrado a Distancia de Nutrición y Salud", Universidad de Navarra. Profesor colaborador de la Escuela de Nutrición Humana y Dietética de la Universidad de Navarra, áreas docencia, investigación y promoción.



**Prof. Dr. Marta Cuervo**

Doctora en Fisiología y Alimentación. Universidad de Navarra, Licenciada en Ciencia y Tecnología de los Alimentos, Universidad del País Vasco, Diplomada en Nutrición Humana y Dietética, Universidad de Navarra. Profesor Colaborador del área de Nutrición y Bromatología. Universidad de Navarra. Coordinadora y tutora de Cursos de Postgrado a distancia en Nutrición y Salud. Universidad de Navarra.



**Dr. Eduard Baladia**

Dietista-nutricionista. Grupo de Revisión, Estudio y Posicionamiento Científico de la AEDN, Barcelona, España



**Chef Bruno Blancho**

Cooking Expert from Groupe Seb France (Selongey); Graduated from the Ecole Hôtelière d'Avignon, France; has also worked at Le Cordon Bleu Ottawa Culinary Arts, Canada; Les Jardins de l'Opera and Le Chateau des Fines Roches in Chateaufort-du-Pape, France; Les Trois Tilleuls & Spa, Le Jozephil in Beloeil, and the Montreal Airport Hilton, Canada; Hilton Nassau, Bahamas; Le Meridien Hotel, Kuwait; Casino Barrière de Deauville and Sheraton La Caleta and Spa



**Chef Patrick Martin**

Le Cordon Bleu International Culinary Education & Development Vice President, Le Cordon Bleu International Executive Corporate Chef, Le Cordon Bleu Operations Director for the Americas.



**Nutrição  
Longevidade  
& Qualidade  
de Vida**

## 01/10 sexta-feira

### Nutrição e Saúde Pública Mundial

Presidente de Mesa – Profa Dra. Josefina Bressan

8h - 8h45 – Comparativa de las Ingestas Dietéticas de Referencia (IDR) de los diferentes países de la Unión Europea, EEUU y a nivel mundial

**Prof. Dr. Marta Cuervo** - Doctora en Fisiología y Alimentación. Universidad de Navarra, Licenciada en Ciencia y Tecnología de los Alimentos, Universidad del País Vasco, Diplomada en Nutrición Humana y Dietética, Universidad de Navarra. Profesor Colaborador del área de Nutrición y Bromatología. Universidad de Navarra. Coordinadora y tutora de Cursos de Postgrado a distancia en Nutrición y Salud, Universidad de Navarra

### Nutrição e Impacto para Saúde

Presidente de Mesa: Profa. Dra. Marcia Vitolo

8h45 - 9h30 – Estilo de Vida e Reversão da Curva de Expectativa de Vida no Século 21

**Prof. Dr. Roberto Carlos Burini** - Graduação em Ciências Biológicas pela Faculdade de Ciências Médicas e Biológicas de Botucatu, Doutorado em Bioquímica da Nutrição pela Faculdade de Ciências Médicas e Biológicas de Botucatu e Pós-doutorado pela Massachusetts Institute of Technology. Professor Titular da Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho

9h30 - 10h15 – Regulation of Iron Metabolism During Pregnancy

**Prof Dr. Harry J McArdle, BSc PhD** - Deputy Director (Science), Rowett Institute of Nutrition and Health, University of Aberdeen. Professor in Biomedical Sciences, University of Aberdeen, Special Professor in Biological Sciences, University of Nottingham. Member of the Scientific Advisory Committee for Nutrition. Currently Honorary Treasurer, Nutrition Society (Great Britain and Ireland). Has published over 90 peer reviewed articles.

10h15 - 11h – visita à exposição de produtos e serviços

11h - 11h45 – Zinc Requirements During Pregnancy: Health Outcomes and Dietary Recommendations

**Prof. Dr Nicola Lowe, BSc, PhD, RNutr** - Senior Lecturer in Nutrition at the University of Central Lancashire (UCLan), and registered Nutritionist (Nutrition Society Great Britain and Ireland). Lead UCLan researcher for "Eureca" (EC Network of Excellence). Has published over 40 peer reviewed articles.

11h45 - 12h30 - Impacto da Nutrição na Saúde Materno Infantil

**Profa. Dra. Márcia Regina Vitolo** - Nutricionista pela PUC de Campinas, Mestrado em Ciências (Fisiologia Humana) pela USP e Doutorado em Ciências Biológicas (Biologia Molecular) pela UNIFESP. Professora Adjunta II da Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre (UFCSPA). Professora Orientadora de Mestrado e Doutorado do Programa de Pós Graduação em Ciências

## 11º Congresso Internacional de Nutrição, Longevidade & Qualidade de Vida

da Saúde da UFCSPA.

12h30 – 14h – intervalo para almoço (não incluso)

### Nutrição Clínica: Evidências Científicas

Presidente de Mesa: Prof. Dra Josefina Bressan

14h - 14h45 - A Nutrição Pode Alterar o Imprinting Metabólico?

**Prof. Dra Josefina Bressan** - Nutricionista, Especialista em Nutrição Clínica (UFRJ), Doutora em Fisiologia e Nutrição (UNAV, Espanha) com Pós-doutorado em Obesidade e Metabolismo (LSU, EUA) e Inflamação e Obesidade (UNAV, Espanha). Professora visitante na Universidade de Navarra (Espanha) e Professora associada no Departamento de Nutrição e Saúde da UFV, Coordenadora do Laboratório de Metabolismo Energético e Composição Corporal (LAMECC), Coordenadora de Convênios Internacionais Brasil-Espanha e Brasil-Estados Unidos, Pesquisadora do CNPq.

14h45 – 15h30 – Renal Disease and its Connections to other Chronic Diseases

**Prof. Jessie M. Pavlinac, MS, RD, CSR, LD** - ADA President 2009-2010. Director of clinical nutrition and patient services at Oregon Health & Science University Hospitals and Clinics. Senior instructor at OHSU's School of Medicine. She also teaches human nutrition as a faculty member of the University of Phoenix in Portland and has a master's degree from the University of Wisconsin and a bachelor's degree from Oregon State University.

15h30 - 16h15 – visita à exposição de produtos e serviços

### Nutrição Clínica: Ferramentas de Trabalho validadas cientificamente

16h15 - 17h – How to Develop a Leadership Role on a Health Care Team

**Prof. Dr. Judy Beto, PhD, RD, FADA** - Professor and Director, Christopher Center for Nutrition Sciences at Dominican University, River Forest, Illinois. Research Associate, Nephrology and Hypertension, at Loyola University Medical Center, Maywood, Illinois. Bachelor of Arts degree in Food and Nutrition from Rosary College, River Forest, Illinois. Master of Health Professions Education, University of Illinois at the Medical Center, Chicago, Illinois. Doctor of Philosophy (PhD) in Education – Measurement, Evaluation, Statistical Analysis from University of Chicago, Chicago, Illinois.

17h – 17h45 – Herramientas con Validez Científica para la Educación Alimentaria y Nutricional

**Prof. Dr. Giuseppe Russolillo** - Presidente de la Asociación Española de Dietistas-Nutricionistas. Titulado Universitario em Nutrición Humana y Dietética, Universidad de Navarra, Facultad de Ciencias de la Salud. Master Europeo en Nutrición y Metabolismo, Universidad de Navarra, Facultad de Farmacia. Profesor



## Nutrição Longevidade & Qualidade de Vida

colaborador de los "Cursos de Postgrado a Distancia de Nutrición y Salud", Universidad de Navarra. Profesor colaborador de la Escuela de Nutrición Humana y Dietética de la Universidad de Navarra, áreas docencia, investigación y promoción

**17h45 - 18h30 - Promover a Alimentação Saudável: Guia Alimentar Eletrônico**

**Prof. Dra Sonia Tucunduva Philippi** – Professora Livre-Docente do Departamento de Nutrição da Faculdade de Saúde Pública da USP, com Mestrado e Doutorado na FSP e no PRONUT. Autora e co-autora de inúmeros trabalhos publicados no Brasil e no exterior, destacando-se "A Pirâmide Alimentar Brasileira" e "A Tabela de Composição de Alimentos: Suporte para Decisão Nutricional".

## 02/10 sábado

### Nutrição e Esportes

**Presidente de Mesa: Prof Dr Roberto Carlos Burini**

**8h30 – 9h15 – Nutrição Esportiva: Tendências Atuais**

**Dra Isabela Guerra** – Nutricionista, Mestre e Doutora pelo curso de Interunidades em Nutrição Humana Aplicada; Co-autora dos livros "Ciência do Futebol" e "Estratégias de Nutrição e Suplementação no Esporte"; Nutricionista responsável pelo Programa Viva Melhor - HP Brasil e do Programa das 10 Semanas do Laboratório Delboni Auriemo

### Suplementos Esportivos e a Realidade Atual

**9h15 – 10h – Histórico e Eficácia dos Suplementos Esportivos pela Literatura Científica Atual**

**Profa. Dra. Nailza Maestá** - Doutora pelo Departamento de Ginecologia e Obstetrícia da UNESP – Botucatu, Professora Convidada do Curso de Nutrição da UNESP – Botucatu, Professora do Curso de Educação Física – UNIFAC – Botucatu.

**10h – 10h45 – visita à exposição de produtos e serviços**

**10h45 – 11h30 – Biossegurança dos Suplementos Nutricionais do Mercado**

**Dr Franz Homero Paganini Burini** - Médico do Esporte pela Associação Médica Brasileira, membro do American College of Sports Medicine e da American Physiological Society; Especialista em Nutrição Clínica e Desportiva pela UNESP

**11h30 - 12h15 – Legalidade dos Suplementos Esportivos no Brasil**

**Dr. Gustavo Tayar Peres** - Engenheiro de Alimentos (UNICAP) e Doutor em Ciência dos Alimentos (UNICAMP). Especialista em Regulação e Vigilância Sanitária na Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa).

### Nutrição e Estética

**12h15 – 13h – Nutricosméticos**

## 11º Congresso Internacional de Nutrição, Longevidade & Qualidade de Vida

**Dra. Andrea Dario Frias** - Mestre em Ciência e Tecnologia de Alimentos pela ESALQ – USP, Doutora em Ciência da Nutrição pela Faculdade de Engenharia de Alimentos – UNICAMP e Pós – Doutorado em Nutrição e Alimentos pela ESALQ – USP. Coordenadora do Centro de Pesquisa Sanavita.

**13h00 – 14h – intervalo para almoço (não incluso)**

### Nutrição Hospitalar: Nutrição e Câncer – Terapia nutricional em Cuidados Paliativos

**Presidente de Mesa: Dra Maria Carolina Gonçalves Dias**

**14h – 14h45 - Consenso Nacional de Nutrição em Oncologia: Como foi feito?**

**Dr. Nivaldo Barroso de Pinho** - Mestrado no Instituto Josué de Castro/UFRJ, Especialista em Nutrição Oncológica pela UERJ/INCA, Nutricionista pela Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro. Consultor - NUTRIC, Chefe do Serviço de Nutrição do INCA/HCI e Tecnologista III do Instituto Nacional de Câncer.

**14h45 – 15h30 – Cuidados Paliativos em Câncer Avançado : Quando Indicar Terapia Nutricional Enteral?**

**Dra. Mônica dos Santos Mello** - Nutricionista pela Universidade Gama Filho. Pós-graduação em Nutrição Oncológica pelo Instituto Nacional de Câncer. Preceptora do Curso de Especialização Oncológica no Instituto Nacional de Câncer; Responsável pelo Ambulatório geral do INCA. Participante do Consenso Nacional de Nutrição Oncológica, como facilitadora regional.

**15h30 – 16h15 - visita à exposição de produtos e serviços**

**16h15 – 17h – Como Preparar a Família do Paciente em Cuidados Paliativos?**

**Ivone Bianchi** - Assistente Social do Ambulatório de Cuidados Paliativos do ICHC-FMUSP

**17h – 18h15 – Entrega dos Prêmios dos Melhores Trabalhos Científicos em Nutrição Clínica/Hospitalar, Nutrição e Saúde Pública e Nutrição Esportiva (Temas Livres e Pôsteres).**

# Gastronomia Nutrição & Qualidade de Vida

**01/10 sexta-feira**

**Nutrição e Gastronomia: Tendências**

**Presidente de Mesa: Profa Dra Raquel Botelho**

**8h – 8h45 – Tendências e Inovações para a Alimentação Saudável**  
**Prof. Dr. Raul Amaral Rego** - Doutor e Mestre em Administração (USP), Economista (USP) e Engenheiro de Alimentos (UNICAMP). Aperfeiçoamento em gerenciamento da qualidade (AOTS, Japão). Diretor da Honne Comunicação e Marketing, consultoria em marketing estratégico e inovação. Assessor do ITAL, Instituto de Tecnologia de Alimentos. Professor de pós-graduação do Insper, Instituto de Ensino e Pesquisa, e da Fundação Instituto de Administração.

**8h45 – 9h30 – Sustentabilidade em Produção de Refeições**

**Profa. Dra. Marcela Veiros:** Nutricionista pela UFSC com Mestrado em Engenharia de Produção - Área de Ergonomia pela UFSC e Doutorado em Nutrição Humana - Área de Alimentação Coletiva pela Universidade do Porto/Portugal. Professora do Curso de Nutrição da UNIFESP na área de Gestão de Alimentação Coletiva. Integrante do Grupo Epidemiologia Nutricional da UNIFESP- Unidades Produtoras de Refeições na promoção da alimentação saudável e do Núcleo de Pesquisa em Produção de Refeições (NUPPRE) da UFSC - Ergonomia e Qualidade de Vida e Qualidade na Produção de Refeições

**9h30 – 10h15 – Aspectos Gastronômicos, Nutricionais e de Comensalidade das Cozinhas Regionais Brasileiras.**

**Prof. Dra. Márcia Menezes de Mello Paranaguá** – Nutricionista pela UFBA, Especialista em Metodologia do Ensino Superior pela Faculdade de Educação da Bahia, Docente da FAS/UNIME, Assessora Técnica em Nutrição dos restaurantes Yemanjá e Churrascaria Sal e Brasa. Instrutora em Segurança Alimentar pelo Instituto de Hospitalidade

**10h15 – 11h – visita à exposição de produtos e serviços**

**11h – 11h45 – Alimentos Termoprocessados**

**Prof. Dra. Raquel Braz Assunção Botelho** – Doutora em Ciências da Saúde em Gastronomia Regional pela UnB. Mestre em Ciências de Alimentos pela Unicamp. Professora do Departamento de Nutrição da UnB e Coordenadora do Curso de Especialização em Gastronomia e Segurança Alimentar pelo Centro de Excelência em Turismo – UnB.

**11h45 – 12h30 – Oficina de Gastronomia Saudável para Crianças**

**Prof. Dra. Rahilda Brito Tuma** - Nutricionista pela UFPA, Mestre em Ciência de Alimentos pela Universidade Federal do Amazonas, Professor Adjunto da Faculdade de Nutrição da UFPA. Membro da Comissão Assessora da Área de Nutrição do INEP/MEC

**12h30 – 13h15 – A arte de um bom Espresso**

**Ana Regina Rocha Teixeira** - Bióloga pelo Instituto de Biociências da Universidade de São Paulo, Título de Degustadora "Super Sênior", com treinamento na torrefadora illycaffè em Trieste, Itália, Co-autora da 2ª edição do Livro "Espresso Coffee": The Chemistry of Quality - ca-

## 11º Congresso Internacional de Gastronomia e Nutrição

pítulo 3, "The Raw Bean", Sócia-diretora da empresa ASSICAFÉ, responsável pelo Controle de Qualidade do laboratório

**13h15 – 14h15 – intervalo para almoço (não incluso)**

**Alimento Seguro: Produzir, Transformar e Conservar**

**Presidente Mesa: Profa. Dra. Marcela Veiros**

**14h15 – 15h – Aquecimento de Óleos e Gorduras: Implicações Nutricionais e Impactos Sobre a Saúde.**

**Profa. Dra. Lilla Zago** - Nutricionista pela PUC de Campinas, Mestrado, Doutorado e Pós-doutorado em Alimentos e Nutrição pela UNICAMP. Professora do Curso de Nutrição da UNIFESP na área de alimentos: dietética, técnica dietética e gestão de alimentação coletiva. Integrante do Grupo Bioquímica Nutricional de Lipídeos da UNICAMP.

**15h – 15h45 - A Tecnologia na Cozinha Sustentável**

**Eng. José Carlos Dias Reis** – Engenheiro Mecânico pela F.E.I., Engenheiro de Produção, Mecânica com ênfase para Engenharia Financeira, Engenharia de Produto e Marketing, MBA Gestão Empresarial – FGV/SP e MBA Gestão Para Executivos – FGV/SP, Cursos de Aperfeiçoamento Profissional na Europa e Estados Unidos na área de equipamento de cozinha de coletividade

**15h45 – 16h30 – visita à exposição de produtos e serviços**

**16h30 – 17h15 – Saúde e Nutrição na Lata**

**Eng. Thais Fagury** - Engenheira de alimentos – Escola de Engenharia Mauá. Pós-Graduada em Gestão Empresarial – USP. Professora do Instituto de Embalagens. Atuação como consultora em empresas alimentícias de pequeno e médio porte. Coordenadora de projetos de embalagem CSN. Gerente executiva da Associação Brasileira de Embalagem de Aço.

**17h15 – 18h – Programa Minha Escolha e a Adequação do Perfil Nutricional de Alimentos**

**Dra. Carolina Godoy** - Nutricionista, Técnica em Alimentos, Pós-graduanda em Marketing. Atua na indústria de alimentos desde 1998, trabalhando nas áreas de Controle de Qualidade, Desenvolvimento de Produtos e Nutrição. Atualmente é Nutricionista coordenadora do Instituto Minha Escolha - Brasil.

**18h - 18h45 - Aplicação da Biotecnologia para Obtenção de Alimentos Seguros e Saudáveis**

**Profa. Dra. Aida Lerayer** - Engenheira Agrônoma pela Esalq/USP, com Mestrado em Microbiologia Agrícola, Doutorado em Genética e Melhoramento de Plantas e Microorganismos pela ESALQ/USP e pelo INRA (França) e Pós- Doutorado em Genética de Bactérias Lácticas pelo INRA (França). É Diretora-Executiva do Conselho de Informações sobre Biotecnologia (CIB)

# Gastronomia Nutrição & Qualidade de Vida

## 11º Congresso Internacional de Gastronomia e Nutrição

### 02/10 sábado

#### Alimentação: Aspectos Técnicos e Nutricionais

**Presidente de Mesa: Profa. Dra. Ana Maria Souza Pinto**

**8h30 – 9h15 – Alimentação Coletiva e Estratégia Global OMS**

**Profa Dra Ana Maria Souza Pinto** – Nutricionista pela Universidade de Mogi das Cruzes. Mestre e Doutora em Saúde Pública pela Faculdade de Saúde Pública da USP. Professora Adjunta do Curso de Nutrição da UNIFESP, no módulo Gestão de Alimentação Coletiva e Supervisora de Estágio em Alimentação Coletiva.

**9h15 – 10h – Elaboração de Cardápios Funcionais: Personal Diet**

**Profa. Dra. Ana Céli Pimentel de Souza** - Nutricionista pela UNIRIO com Mestrado em Nutrição Clínica e Especialização em Oxidologia, Professora de Nutrição Dermato-Funcional e de Bases Nutricionais para Praticantes de Atividade Física da Universidade Estácio de Sá, Título Dr. Honoris Causa em Nutrição Clínica pela Universidad de Los Pueblos de Europa – Málaga, Espanha.

**10h-10h45 – visita à exposição de produtos e serviços**

#### Técnicas Gastronômicas: Teoria e Prática

**Presidente Mesa: Chef Fabiana Agostini**

**10h45 – 11h30 - Revolutionary Nutritional Cooking Concept**

**Chef Bruno Blancho** - Cooking Expert from Groupe Seb France (Se-longey); Graduated from the Ecole Hôtelière d'Avignon, France; has also worked at Le Cordon Bleu Ottawa Culinary Arts, Canada; Les Jardins de l'Opera and Le Chateau des Fines Roches in Chateaufort-du-Pape, France; Les Trois Tilleuls & Spa, Le Jozephil in Beloeil, and the Montreal Airport Hilton, Canada; Hilton Nassau, Bahamas; Le Meridien Hotel, Kuwait; Casino Barrière de Deauville and Sheraton La Caleta and Spa

**11h30-12h45 – A Evolução da Gastronomia: Técnicas Le Cordon Bleu**

**Chef Patrick Martin** - Le Cordon Bleu International Culinary Education & Development Vice President. Le Cordon Bleu International Executive Corporate Chef. Le Cordon Bleu Operations Director for the Americas

**12h45 – 14h – intervalo para almoço (não incluso)**

**14h – 14h45 – O Palmito Pupunha na Alta Gastronomia.**

**Chef Bel Coelho** – Estudou no Culinary Institute of America (USA) e trabalhou com Alex Atala, no D.O.M. Tornou-se conhecida do público como Chef em 2003, no restaurante Madeleine. Recebeu o prêmio de Chef Revelação da Veja São Paulo edição guia Comer e Beber – O Melhor da Cidade. Trabalhou no El Celler Can Roca, com duas estrelas do Guia Michelin e premiado como o quinto melhor restaurante do mundo pela revista inglesa The Restaurant. Esteve a frente da cozinha do famoso Buddha Bar, até partir para o Dui.

**14h45 – 15h30 – Gastronomia e Características Nutricionais: Macarrão e Pães Industriais**

**Dra. Flavia La Villa** - Mestre em Ciências Ambientais. Especialista em Administração Hoteleira pelo Senac São Paulo. Graduada em Nutrição pela PUC de Campinas. Docente do Centro Universitário Senac - campus Campos do Jordão, nas áreas de Hotelaria e de Gastronomia.

**Chef Alessandro Danielli Nicola** - Chef de Cuisine, Consultor Gastronômico. Mestre em Gestão Integrada em Saúde do Trabalho e Meio Ambiente. Especialista em Cozinha Mediterrânea e em Azeites. Gerente de Aplicação e Desenvolvimento / Chef Executivo, BUNGE Brasil. Foi Professor pesquisador do Centro Universitário Senac – SP. Cursos de Tecnologia em Gastronomia e Cozinha Chef Internacional de 2001 a 2010.

**15h30 – 16h15 – visita à exposição de produtos e serviços**

**16h15 – 17h – Culinária Integral**

**Chef Denise Guimarães** - Curso de Gastronomia no SENAC, com extensão no Hotel Escola Águas de São Pedro. Possui cursos nas diversas áreas gastronômicas, incluindo Cozinha Tallandesa com Wilma Kovessi, Cozinha Brasileira com Alex Atala e Alimentos Naturais no Moinho de Pedra. Com sofisticação e comprometimento leva sabor e arte nos cardápios personalizados sem abrir mão do equilíbrio natural dos alimentos.

**Prof. Dr. Javier Andrés Vilanova Garcia** - Nutricionista pelo Instituto de Ciências Politécnicas (Argentina), Naturopata pelo Natural's Science Institute (USA), Sanitarista pelo Ministério da Saúde Pública / OPS-OMS (Paraguay), Professor do INNAP - Inst. Nac. de Naturopatia Aplicada e do Instituto de Ciências Biológicas Biomedicinas (Curliba).

**17h – 17h45 – Café : como reconhecer sua qualidade?**

**Dra. Mônica Pinto** - Nutricionista, com aperfeiçoamento em Bioquímica Nutricional de Alimentos pela UFRJ, Cafeóloga e Coordenadora de Projetos da Associação Brasileira da Indústria de Café – ABIC

**17h45 – 18h - Apresentação da Recelta Vencedora do 2o Concurso de Gastronomia Saudável 2010**

**18h - 18h30 - Entrega dos Prêmios de Melhor Trabalho em Food Service e Gastronomia (Tema Livre e Pôster).**

### 02/10 sábado

(Sala Amarela)

**Presidente de Mesa: Profa. Dra. Marcela Veiros e Profa. Dra. Lilia Zago**

**8h30 - 12h45 - Apresentação de Temas Livres em Food Service/Gastronomia**



atualização  
científica  
em nutrição  
2010

## 01/10 sexta-feira

Presidentes de Mesa: Profa. Dra. Nailza Maestá e Profa. Dra. Avany Fernandes Pereira

### Palestra de Abertura

8h – 8h45 – Empreendedorismo, Mercado de Trabalho e Empregabilidade em Nutrição

**Dra. Marcia Fidelix** – Nutricionista graduada pela Universidade Federal de Alagoas – UFAL, Especialista em Nutrição em Cardiologia, em Nutrição Enteral e Parenteral, em Alimentos Funcionais e Marketing e em Nutrição Clínica. Mestranda pelo Programa de Pós-graduação em Nutrição Humana Aplicada (PRONUT) da USP, Presidente da Associação Brasileira de Nutrição (ASBRAN).

### Nutrição Clínica- Inovações, Fatos e Mitos

8h45 – 9h30 – A importância do Cálcio e do CLA na dieta equilibrada

**Dra. Flora Spolidoro** – Nutricionista pela Faculdade de Saúde Pública da USP, Consultora da Associação Brasileira das Indústrias de Queijo.

9h30 – 10h15 – Nutrição e Gluten: Fatos e Mitos

**Prof. Dr. Patricia Graça Leite Speridião** – Nutricionista, Mestre em Nutrição e Doutora em Ciências pela UNIFESP - EPM. Co-Responsável pelo Curso de Especialização em Gastroenterologia Pediátrica para Nutricionistas da Disciplina de Gastroenterologia Pediátrica do Departamento de Pediatria da UNIFESP/EDM. Professora do Curso de Nutrição da UNIFESP/BS

10h15 – 11h – visita à exposição de produtos e serviços

### Alimentos Funcionais

11h - 11h45 – Soja: Aplicação em Dietas de Controle de Peso

**Dra. Carolina Vieira de Mello Barros Pimentel** – Nutricionista, Doutoranda na área de Nutrição pela Faculdade de Saúde Pública/ USP Docente e Coordenadora do Curso de Pós-graduação em Alimentos Funcionais da Associação Unificada Paulista de Ensino Renovado

11h45 - 12h30 – Ovo – Um Alimento Funcional e sua importância para a Saúde

**Dr. Henry Okigami** – Farmacêutico, Especialista em Homeopatia, Fitoterapia, Farmácia Hospitalar. Ministra palestras em congressos da área, aulas em pós-graduação em antienvhecimento, nutrição e farmácia. Consultor em pesquisa e desenvolvimento de produtos e processos na indústria farmacêutica.

12h30 - 13h15 – Alimentos Funcionais na Prática Clínica.

**Prof. Dra. Avany Fernandes Pereira** – Nutricionista, Mestre em Nutrição Humana – UFRJ, Doutora em Ciência dos Alimentos – USP, Professora Adjunta do Curso de Nutrição da Universidade Federal do Rio de Janeiro

13h15 – 14h – intervalo para almoço (não incluso)

## 6º Fórum Nacional de Nutrição

### Definindo os Rumos da Nutrição no Brasil

#### Nutrição Esportiva

14h15 - 15h – Exercício e Alimentação como Prevenção de Doenças Cardiovasculares

**Prof. Dr. Thiago Onofre Freire** – Nutricionista pela Universidade Federal da Bahia, Especialista em Nutrição no Esporte pela Asbran – Associação Brasileira de Nutrição e Mestrado em Biologia Funcional e Molecular pela UNICAMP, Professor da Universidade Federal da Bahia.

15h – 15h45 – Leucina e Tecido Adiposo (Adipogênese): Qual a Relação com a Atividade Física?

**Dra. Michele Caroline da Costa Trindade** – Nutricionista, Especialista em Treinamento Desportivo pela UEL com Mestrado e Doutorado pela FCF/USP, Membro da American Society for Nutrition (ASN), Integrante do Grupo de Estudo e Pesquisa em Metabolismo, Nutrição e Exercício (GEPEMENE)

15h45 – 16h30 – visita à exposição de produtos e serviços

#### Nutrição e Saúde Pública

16h30 – 17h15 – Novos Conceitos sobre Alimentação Natural, Orgânica e Integral.

**Prof. Dr. Javier Andrés Vilanova Garcia** – Nutricionista pelo Instituto de Ciências Politécnicas (Argentina), Naturopata pelo Natural's Science Institute (USA), Sanitarista pelo Ministério da Saúde Pública / OPS-OMS (Paraguay), Professor do INNAP - Inst. Nac. de Naturopatia Aplicada e do Instituto de Ciências Biológicas Biomedicinas (Curitiba).

17h15 – 18h - Pães Industriais e Macarrão como fonte de carboidratos no controle do peso

**Prof. Dr. Edson Credidio** – Médico Nutrólogo, Doutor em Ciência de Alimentos pela Unicamp, Presidente da Sociedade Brasileira de Nutroterapia Funcional e Dietética, Pós-Doutorando em Alimentos Funcionais e Bioativos pela Unicamp, Perito Judicial em Análise de Alimentos, Título de Especialista em Gestão da Qualidade e Segurança dos Alimentos - Unicamp, Membro Titular da International Colleges for the Advancement of Nutrition - USA, Membro Titular do American College of Nutrition - USA, Membro Titular da Academia Latino-Americana de Nutrologia, Possui dezesseis livros já publicados.

18h - 18h30 – Consenso Nacional "Definindo os Rumos da Nutrição no Brasil" (definido pela Comissão Científica e participantes do Fórum)

## 02/10 sábado

Presidentes de Mesa: Profa. Dra. Nailza Maestá e Profa. Dra. Avany Fernandes Pereira

8h30 - 12h30 - Apresentação de Temas Livres em Nutrição Clínica

14h - 18h - Apresentação de Temas Livres em Nutrição Esportiva/Nutrição e Saúde Pública

## Cursos Pré-Congresso

**9h - 12h - Nutrição Clínica 1: Triagem e Avaliação do Estado Nutricional no Paciente Adulto Hospitalizado (Sala Azul)**

**Dra. Maria Carolina Gonçalves Dias** - Nutricionista Chefe da Divisão de Nutrição e Dietética do Instituto Central do HC/FMUSP. Coordenadora Administrativa da Equipe Multiprofissional de Terapia Nutricional do Hospital das Clínicas. Especialista em Nutrição Parenteral e Enteral pela SBNPE e em Nutrição Clínica pela ASBRAN e em Administração Hospitalar pelo IPH.

**9h - 12h - Nutrição Esportiva 1: Avaliação do Gasto Energético e da Composição Corporal: Existe um Protocolo Ideal? (Sala Verde)**

**Dra. Michele Caroline da Costa Trindade** - Nutricionista, Especialista em Treinamento Desportivo pela UEL com Mestrado e Doutorado pela FCF/USP, Membro da American Society for Nutrition (ASN), integrante do Grupo de Estudo e Pesquisa em Metabolismo, Nutrição e Exercício (GEPEMENE)

**9h - 12h - Gastronomia 1: Aplicação da Estratégia Global da OMS (Sódio e Gorduras) na Produção de Refeições: Teoria e Prática. (Sala Vermelha)**

**Profa. Dra. Marcela Veiros**: Nutricionista pela UFSC com Mestrado em Engenharia de Produção - Área de Ergonomia pela UFSC e Doutorado em Nutrição Humana - Área de Alimentação Coletiva pela Universidade do Porto/Portugal. Professora do Curso de Nutrição da UNIFESP na área de Gestão de Alimentação Coletiva. Integrante do Grupo Epidemiologia Nutricional da UNIFESP - Unidades Produtoras de Refeições na promoção de alimentação saudável e do Núcleo de Pesquisa em Produção de Refeições (NUPPRE) da UFSC - Ergonomia e Qualidade de Vida e Qualidade na Produção de Refeições.

**Profa. Dra. Lilia Zago** - Nutricionista pela PUC de Campinas com Mestrado, Doutorado e Pós-doutorado em Alimentos e Nutrição pela UNICAMP. Professora do Curso de Nutrição da UNIFESP na área de alimentos: dietética, técnica dietética e gestão de alimentação coletiva. Integrante do Grupo Bioquímica Nutricional de Lipídeos da UNICAMP.

**9h - 12h - Food Service 1: Atuação do Nutricionista em Consultoria (Sala Amarela)**

**Prof. Dra. Márcia Menezes de Mello Paranaguá** - Nutricionista pela UFBA, Especialista em Metodologia do Ensino Superior pela Faculdade de Educação da Bahia, Docente da FAS/UNIME, Assessora Técnica em Nutrição dos restaurantes Yemanjá e Churrascaria Sal e Brasa. Instrutora em Segurança Alimentar pelo Instituto da Hospitalidade

**14h - 17h - Nutrição Clínica 2: Ácidos Graxos Livres ou Adipocitocinas: Quem é o Maior vilão na Síndrome Metabólica? (Sala Azul)**

**Prof. Dra. Josefina Bressan** - Nutricionista, Especialista em Nutrição Clínica (UFRJ), Doutora em Fisiologia e Nutrição (UNAV, Espanha) com Pós-doutorado em Obesidade e Metabolismo (LSU, EUA) e Inflamação e Obesidade (UNAV, Espanha). Professora visitante na Universidade de Navarra (Espanha) e Professora associada no Departamento de Nutrição e Saúde da UFV, Coordenadora do Laboratório de Metabolismo Energético e Composição Corporal (LAMECC), Coordenadora de Convênios Internacionais Brasil-Espanha e Brasil-Estados Unidos, Pesquisadora do CNPq.

## 30/09 quinta-feira

**14h - 17h - Nutrição Esportiva 2: Atualizações em Relação ao uso de Recursos Ergogênicos para o Desempenho no Esporte (Sala Verde)**

**Prof. Dr. Thiago Onofre Freire** - Nutricionista pela Universidade Federal da Bahia, Especialista em Nutrição no Esporte pela Asbran e Mestrado em Biologia Funcional e Molecular pela Unicamp. Professor da Universidade Federal da Bahia.

**14h - 17h - Food Service 2: Controle de Qualidade dos Alimentos (APPCC, Boas Práticas) (Sala Amarela)**

**Profa Dra. Ana Maria Souza Pinto** - Nutricionista pela Universidade de Mogi das Cruzes. Mestre e Doutora em Saúde Pública pela Faculdade de Saúde Pública da USP. Professora Adjunta do Curso de Nutrição da UNIFESP, no módulo Gestão de Alimentação Coletiva e Supervisora de Estágio em Alimentação Coletiva.

**14h - 17h - Gastronomia 2: Inovações em Produção de Refeições Coletivas Saudáveis (Sala Vermelha)**

**Prof. Dra. Raquel Braz Assunção Botelho** - Doutora em Ciências da Saúde em Gastronomia Regional pela UnB. Mestre em Ciências de Alimentos pela UNICAMP. Professora do Departamento de Nutrição da UnB e Coordenadora do Curso de Especialização em Gastronomia e Segurança Alimentar pelo Centro de Excelência em Turismo - UnB.

**17h30 - 20h30 - Nutrição Hospitalar: Aspectos Nutricionais do Pré e Pós Operatório da Cirurgia Bariátrica (Sala Azul)**

**Prof. Dra. Daniela Oliveira Magro** - Nutricionista, Doutora em Saúde Coletiva pela UNICAMP. Pesquisadora do Depto de Clínica Médica da Disciplina de Moléstias Infecciosas da FCM - UNICAMP. Professora da disciplina de Semiologia do Depto de Clínica Médica - FCM - UNICAMP. Nutricionista, integrante da equipe do Centro de Cirurgia de Obesidade de Campinas - CCOC.

**Prof. Dra. Mirian Ueno** - Nutricionista, Doutora em Saúde Coletiva pela UNICAMP. Pesquisadora do Depto de Clínica Médica da Disciplina de Moléstias Infecciosas da FCM - UNICAMP. Professora da disciplina de Semiologia do Depto de Clínica Médica - FCM - UNICAMP. Nutricionista, integrante da equipe do Centro de Cirurgia de Obesidade de Campinas - CCOC.

**17h30 - 20h30 - Nutrição e Estética: Aplicação na Prática-Clínica (Sala Verde)**

**Prof. Dra. Ana Paula Pujol** - Profa do Curso de Cosmetologia e Estética e da Pós Graduação em Estética Facial e Corporal da Universidade do Vale do Itajaí - UNIVALI, Balneário Camboriú, SC. Especialista em Nutrição e Qualidade de Vida, Doutoranda em Educação pela Universidade Católica de Santa Fé, Argentina.

**17h30 - 20h30 - Saúde Pública: Nutrição e Obesidade Infantil: Estratégias de Prevenção e Tratamento. (Sala Amarela)**

**Profa. Dra. Márcia Regina Vitolo** - Nutricionista pela PUC de Campinas, Mestrado em Ciências (Fisiologia Humana) pela USP e Doutorado em Ciências Biológicas (Biologia Molecular) pela UNIFESP. Professora Adjunta II da Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre (UFCSPA). Professora Orientadora de Mestrado e Doutorado do Programa de Pós Graduação em Ciências da Saúde da UFCSPA.

**Simpósios Internacionais****30/09 quinta-feira**

**American Dietetic Association**
**5º Simpósio Internacional da American Dietetic Association (USA)**

**9h - 12h - 5th International American Dietetic Association Symposium: Dietitian's Leadership Role in the Treatment of Renal Disease (Sala Lilás)**

**Prof. Jessie M. Pavlinac, MS, RD, CSR, LD** - ADA President 2009-2010. Director of clinical nutrition and patient services at Oregon Health & Science University Hospitals and Clinics. Senior instructor at OHSU's School of Medicine. She also teaches human nutrition as a faculty member of the University of Phoenix in Portland and has a master's degree from the University of Wisconsin and a bachelor's degree from Oregon State University.

**Prof. Dr. Judy Beto, PhD, RD, FADA** - Professor and Director, Christopher Center for Nutrition Sciences at Dominican University, River Forest, Illinois. Research Associate, Nephrology and Hypertension, at Loyola University Medical Center, Maywood, Illinois. Bachelor of Arts degree in Food and Nutrition from Rosary College, River Forest, Illinois. Master of Health Professions Education, University of Illinois at the Medical Center, Chicago, Illinois. Doctor of Philosophy (PhD) in Education - Measurement, Evaluation, Statistical Analysis from University of Chicago, Chicago, Illinois.



The Nutrition Society

**3º Simpósio Internacional da Nutrition Society (UK)**

**14h - 17h - 3rd International The Nutrition Society Symposium: Micronutrient Requirements during Pregnancy (Sala Lilás)**

**Prof Dr. Harry J McArdle, BSc PhD** - Deputy Director (Science), Rowett Institute of Nutrition and Health, University of Aberdeen. Professor in Biomedical Sciences, University of Aberdeen, Special Professor in Biological Sciences, University of Nottingham. Member of the Scientific Advisory Committee for Nutrition. Currently Honorary Treasurer, Nutrition Society (Great Britain and Ireland). Has published over 90 peer reviewed articles.

**Prof. Dr Nicola Lowe, BSc, PhD, RNutr** - Senior Lecturer in Nutrition at the University of Central Lancashire (UCLan), and registered Nutritionist (Nutrition Society Great Britain and Ireland). Lead UCLan researcher for "Eureca" (EC Network of Excellence). Has published over 40 peer reviewed articles.

**Importante: Todos os simpósios internacionais terão tradução simultânea**

## Simpósios Internacionais

30/09 quinta-feira



### 3º Simpósio Internacional do Le Cordon Bleu (France)

17h30 – 20h30 - 3rd International Le Cordon Bleu Symposium: New Trends in Gastronomy (Sala Vermelha)

**Chef Patrick Martin** – *Le Cordon Bleu International Culinary Education & Development Vice President, Le Cordon Bleu International Executive Corporate Chef, Le Cordon Bleu Operations Director for the Americas.*



Asociación Española de  
Dietistas - Nutricionistas

### 1º Simpósio Internacional da Associação Espanhola de Dietistas y Nutricionistas (Espanha)

17h30 – 20h30 - 1º Simpósio Internacional de la Asociación Española de Dietistas-Nutricionistas: Formación, Posicionamientos Científicos y Técnicas de Información y Comunicación en el Ejercicio de la Profesión de Dietista-Nutricionista. (Sala Lilás)

**Prof. Dr. Marta Cuervo** – *Doctora en Fisiología y Alimentación. Universidad de Navarra, Licenciada en Ciencia y Tecnología de los Alimentos, Universidad del País Vasco, Diplomada en Nutrición Humana y Dietética, Universidad de Navarra. Profesor Colaborador del área de Nutrición y Bromatología. Universidad de Navarra. Coordinadora y tutora de Cursos de Postgrado a distancia en Nutrición y Salud. Universidad de Navarra.*

**Prof. Giuseppe Russolillo** – *Presidente de la Asociación Española de Dietistas-Nutricionistas. Titulado Universitario en Nutrición Humana y Dietética, Universidad de Navarra, Facultad de Ciencias de la Salud. Master Europeo en Nutrición y Metabolismo, Universidad de Navarra, Facultad de Farmacia. Profesor colaborador de los "Cursos de Postgrado a Distancia de Nutrición y Salud", Universidad de Navarra. Profesor colaborador de la Escuela de Nutrición Humana y Dietética de la Universidad de Navarra, áreas docencia, investigación y promoción.*

**Dr. Eduard Baladía** - *Dietista-nutricionista. Grupo de Revisión, Estudio y Posicionamiento Científico de la AEDN, Barcelona, España*

**Importante: Todos os simpósios internacionais terão tradução simultânea**



## 11º Congresso Internacional de Nutrição, Longevidade & Qualidade de Vida

30 de setembro a 02 de outubro de 2010

### CUIDADOS PALIATIVOS EM CÂNCER AVANÇADO: QUANDO INDICAR TERAPIA NUTRICIONAL ENTERAL?

A abordagem terapêutica na área de cuidados paliativos (CP) em Câncer Avançado, se dá numa linha tênue de decisões, onde muitas vezes encontram-se pautadas em dilemas éticos, razões técnicas e práticas clínicas. Com o intuito de nortear o papel do nutricionista frente ao manejo desses pacientes em cuidados paliativos, deve-se entender alguns conceitos e definições.

“Cuidado Paliativo(CP) é a abordagem que promove qualidade de vida de pacientes e seus familiares diante de doenças que ameaçam a continuidade da vida, através de prevenção e alívio do sofrimento. Requer a identificação precoce, avaliação e tratamento impecável da dor e outros problemas de natureza física, psicossocial e espiritual.”

Doença avançada é quando não há mais tratamento curativo, apresentando expectativa de vida maior que 6 meses; doença em estágio terminal com expectativa de vida menor que 6 meses; e doença no fim da vida com prognóstico estimado em horas de vida (até 72 horas) ou dias. Em ambas as fases do CP, deve-se usar o Karnofsky Performance Status (KPS) ou Performance Status (PS) como parâmetros para valor prognóstico da doença e norteador de condutas terapêuticas(OMS, 2002).

Os objetivos e a indicação da Terapia Nutricional em Cuidados Paliativos irão variar à medida que a doença evolua, seu foco não é reabilitar o estado nutricional, mas aliviar sinais e sintomas, oferecer conforto e prazer visando Qualidade de Vida (QV) para paciente e familiares(Corrêa; Shibuya,2007; Bruera et al., 2003). Deve-se avaliar o risco e benefício da terapia nutricional, com discussão da via de administração, sendo a Terapia Nutricional Enteral (TNE) via oral sempre a preferida, desde que o trato gastrointestinal (TGI) esteja íntegro e o paciente apresente condições clínicas para utilizá-la e que deseje (Ripamonti, 2001). Porém, freqüentemente a via oral é insuficiente às necessidades do paciente com doença avançada que geralmente apresenta-se caquético. Em caso de impossibilidade da via oral, a TNE via sonda(gastrostomia, jejunostomia) e até mesmo a Terapia Nutricional Parenteral (TNP) poderá ser indicada dependendo da expectativa de vida, condições clínicas, eficácia na evolução clínica, status hidratação/nutrição, ingestão oral, função gastrointestinal, serviços especializados disponíveis. Pacientes com doença avançada e terminal podem se beneficiar desta TNE, já pacientes em cuidado ao fim da vida não se beneficiam desta intervenção (Mirhosseimi et al., 2005). Aqueles que apresentam impossibilidade de utilizar a via oral e com TGI funcionando, a indicação da TNE via sonda poderá trazer benefícios como: preservação da integridade intestinal, melhora do aporte nutricional

e da capacidade funcional, minimização das complicações da desnutrição, controle de sintomas, viabilização da hidratação, conforto e QV (Bozzetti,2001; Waitzberg, 2006). A TNP pode ser indicada para pacientes com impossibilidade total ou parcial do TGI, porém é uma via de dieta de custo elevado, de difícil manutenção e com grande número de complicações. Esta via em CP é muito pouco utilizada, pois estudos não demonstram qualquer benefício em pacientes com câncer avançado (Chiu et al., 2002).

A indicação da TN deve ser sobretudo baseada na bioética: autonomia do paciente ou familiar em sua escolha, beneficência da terapia (tratamento fútil/útil), não-maleficência e justiça.(Silva, C.H.D.,2008)

É de grande importância a comunicação no momento de “transição existencial”, o modelo de comunicação deve ser de relação empática e participativa na decisão da escolha do tratamento. A equipe multiprofissional deve ficar atenta as pistas não-verbais. O Nutricionista agindo como:FACILITADOR com aconselhamento efetivo, realizado COM o paciente mais que PARA o paciente. (Martins,2001)

#### Referência Bibliográfica:

1. World Health Organization. Palliative Care. Geneva: (WHO); 1990.
2. Correa. Shibuya. Administração da Terapia Nutricional em Cuidados Paliativos. Ver. Brasileira de Cancerologia. 53(3), p.:317-323, 2007.
3. Bruera, E.; Strasser, F.; Palmer, J.L. et al. Effect of fish oil on appetite and other symptoms in patients with advanced cancer and anorexia/cachexia: a double blind, placebo controlled study. J Clin Oncol., vol 21, p.: 129-34, 2003.
4. Ripamonti, C.; Twycross, R.; Baines, M.; Bozzetti, F.; Capri, S.; De Conno, F. Clinical-practice recommendation for the management of bowel obstruction in patients with end stage cancer. Support care cancer, v.9, p: 223-33, 2001.
5. Mirhosseimi, N.; Fainsinger, R.L.; Baracos, V. Parenteral nutrition in advanced câncer; Indications and clinical practice guidelines. J Palliative Med., vol.8, p.:914-8, 2005.
6. Bozzetti, F. The patient with incurable aphagic cancer: to feed or not to feed? Nutrition, 17 (7-8): 676-7, 2001.
7. Waitzberg, D.L et al. Dieta, nutrição e câncer. São Paulo: Atheneu; p.:269-276, 2006.
8. Chiu, T.Y.; Hu, W.Y.; Cheiang, R.B.; Chen, C.Y. Nutrition and hydration for terminal cancer patients in Taiwan. Support care cancer, vol.10, p.:630-6, 2002.
9. Silva, C.H.D.Quando o tratamento oncológico pode ser fútil? Do ponto de vista do saber fazer médico. Rev. Bra. De Cancerologia, v.54(4), p.:401-410, 2008.

**EMPREENDEDORISMO, MERCADO DE TRABALHO E EMPREGABILIDADE EM NUTRIÇÃO****Marcia Samia Pinheiro Fidelix**

A palavra empreendedor (entrepreneur) surgiu na França entre os séculos XVII e XVIII, objetivando designar pessoas ousadas que estimulavam o progresso econômico, vislumbrando oportunidade em algo trivial, por ser visionário e apaixonado pelo que faz. São habilidades e competências de um empreendedor: criatividade, comunicação, iniciativa, acabativa, visão, ética, motivação, positividade, disciplina, assertividade, negociação, inovação, capacidade de organização e gerenciamento. Já a empregabilidade baseia-se na capacidade de adequação do profissional às novas necessidades e dinâmica do mercado de trabalho, deste modo, competências como o preparo técnico, capacidade de utilização dos recursos tecnológicos e de liderar pessoas são, freqüentemente, analisadas pelo empregador.

A graduação em Nutrição no Brasil teve início no ano de 1939 com a criação do primeiro Curso de Nutricionistas pela Faculdade de Saúde Pública, Universidade de São Paulo. Uma década depois, em 1949, nutricionistas empreendedoras fundaram a Associação Brasileira de Nutricionistas – ABN, hoje conhecida como Associação Brasileira de Nutrição – ASBRAN ([www.asbran.org.br](http://www.asbran.org.br)), entidade de caráter técnico-científica. Atualmente, existem mais de 350 faculdades que oferecem o curso de bacharel em nutrição e cerca de 75 mil nutricionistas atuantes e inscritos no Conselho Federal de Nutricionistas ([www.cfn.org.br](http://www.cfn.org.br)).

Considerando que compete ao nutricionista, enquanto profissional de saúde, zelar pela preservação, promoção e recuperação da saúde, criou-se a Resolução do CFN nº 380/2005 que define as 7 áreas de atuação do nutricionista: Nutrição Clínica, Alimentação Coletiva, Saúde Coletiva, Nutrição em Esportes, Docência, Indústria de alimentos e Marketing na área de Alimentação e Nutrição.

A evolução da área da saúde, a tecnologia e as pesquisas em alimentação e nutrição fazem com que discutamos hoje a nutrigenômica, a nutrição esportiva, a interface da nutrição com a saúde pública, a terapia nutricional, a nutrição nas fases da vida, o macro-ambiente, a cadeia produtiva e a legislação. Nas duas últimas décadas, o mercado de trabalho se ampliou e o profissional tem se esforçado para se manter empregado, mediante as exigências das corporações. Por outro lado, muitos têm empreendido com seu consultório, serviços de consultoria e assessoria ou ainda no terceiro setor. O fato é que encontramos nutricionistas em novos campos, locais ou subáreas de atuação como o atendimento em domicílio, estratégia saúde da família, forças armadas, serviços de atendimento ao consumidor, lactários, alimentação escolar, políticas públicas de segurança alimentar e nutricional, e em diferentes estabelecimentos de produção de refeições (açougue, padaria, supermercado, catering).

Sabemos que a construção da carreira é de responsabilidade do profissional e não do empregador. O auto-conhecimento é essencial para identificar o perfil empreendedor com possibilidade de gerar inovação. O processo visionário identifica oportunidades, estabelecendo a rede de relações que possam servir de suporte ao desenvolvimento e aprimoramento da idéia do negócio e sua sustentação, independente da área de atuação. Entretanto, faz-se necessário criar um plano de negócio com metas mensuráveis e indicadores de evolução para que possa se executado com êxito, levando em consideração os riscos calculados.

Qualificação técnica, habilidade política e aquisição de novos saberes na área de economia, administração e marketing são primordiais. Enfim, empreender em nutrição é identificar a oportunidade, sonhar alto e finalmente, colocar em prática o plano de negócio.

**ESTILO DE VIDA E REVERSÃO DA CURVA DE EXPECTATIVA DE VIDA NO SÉCULO 21****Roberto Carlos Burini**

O brasileiro duplicou sua expectativa de vida em um século alcançando hoje próximo aos 74 anos de vida, ainda bem abaixo dos escandinavos e japoneses. Nos EUA, um em cada 10000 habitantes já é centenário. Contribuem para a maior expectativa de vida a detecção precoce das doenças, pelo diagnóstico por imagem, e a existência de fármacos de última geração para o devido tratamento. É óbvio que somam-se a isso o saneamento básico e a maior consciência ecológica. O que impede que todos atinjam a maior expectativa de vida? A principal causa de mortalidade evitável é a cardiovascular (39% a 43%), uma das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT). A outra DCNT de destaque é o câncer, que por afetar o DNA impede que atinjamos a longevidade máxima do genoma, que é 120 anos. Assim, doenças cardiovasculares impedem que o centenário seja alcançado por mais pessoas e o câncer impede que umas poucas pessoas atinjam a expressão duradoura do DNA. Ambos os tipos de doença sofrem influência do estilo de vida isto é, meio ambiente.

A tecnologia tem sido pródiga para a maior expectativa de vida mas a tecnologia do conforto e bem estar tem sido vilã para a promoção do estilo de vida saudável.

Inatividade física (sedentarismo) é considerada o principal problema de saúde pública deste século 21, sendo o principal preditor de mortalidade por todas as causas. Como agravante há a tecnologia alimentar elevando a oferta de alimentos de elevada densidade energética (pobres em fibras e água), de elevado índice glicêmico, ácidos graxos trans, edulcorantes e flavorizantes, substituindo os alimentos integrais naturais. O crescimento conseqüente das DCNT, capitaneadas pela obesidade não tem obedecido idade, gênero, território geográfico ou qualquer outro critério. Instalou-se generalizadamente o ambiente obesogênico. A pandemia das DCNT criou a longevidade mórbida em que a maior expectativa de vida experimentada ocorre sem qualidade de vida. O brasileiro passa 23% da sua vida adulta dependente de ajuda motora (bengala, cadeira de roda, acamamento etc.), enquanto o japonês passa apenas 2,8%, com expectativa de vida 10 anos mais longa. Com certeza a diferença não é genética e sim ambiental, no estilo de vida. As crianças também estão sendo acometidas das DCNT, e competindo com seus avós no consumo de medicamentos hipotensores, hipoglicemiantes, hipolipemiantes, anorexígenos, tranqüilizantes etc. No que diz respeito aos riscos da DCNT a criança é um adulto em miniatura, isto é sujeita aos mesmos riscos de mortalidade. Assim, a continuar este estado de coisas, o júbilo do prolongamento da longevidade vai ser gradativamente reduzido, com o aparecimento de uma situação ainda não vista na história da humanidade, a dos pais enterrarem seus filhos.

burini@fmb.unesp.br

**SERVICIOS ON-LINE PARA DIETISTAS-NUTRICIONISTAS. PROGRAMA DE GESTIÓN DE LA CONSULTA DIETÉTICA: WWW.EASYDIET.ES**

Autor y correspondencia:

Giuseppe Russolillo Femenías

Presidente

Asociación Española de Dietistas-Nutricionistas (AEDN)

[g.russolillo@aedn.es](mailto:g.russolillo@aedn.es)

Los programas de gestión de consulta dietética con sistemas de confección de dietas por intercambio de alimentos constituyen una

herramienta de trabajo indispensable en la supervisión y planificación de la alimentación en colectivos, confección de dietas y planificación de menús, así como permiten presentar al paciente dietas fáciles de realizar, abiertas al gusto y costumbres alimentarias y de mayor libertad en la elección de alimentos prescritos en la dieta o en la planificación de menús.

Las listas de intercambio son una herramienta de trabajo frecuentemente utilizadas en Estados Unidos, Canadá, Sudamérica e incluso en Europa. Sin embargo, son poco conocidas y han sido muy poco utilizadas por los profesionales de la nutrición en España como herramienta de trabajo en la confección de dietas y planificación de menús.

Los autores presentan en este nuevo software online las primeras listas de intercambio de alimentos españoles validadas científicamente en el uso de la confección de dietas y planificación de menús, unas listas de alimentos que permiten el intercambio de diferentes cantidades en gramos sin repercutir en la ingesta total diaria de los pacientes tratados con dietas confeccionadas por este sistema.

Asimismo, durante estos años se ha creado y perfeccionado un sistema de confección de dietas, basado en una asignación lógica y matemática de intercambio de alimentos, que permite al profesional diseñar dietas personalizadas y planificar menús con precisión nutricional, trabajando con un método rápido y sencillo de aplicar. Este sistema ha sido patentado y registrado como "Sistema de Intercambios para la Confección de Dietas y Planificación de Menús®".

La aplicación práctica del sistema teórico de intercambios se ha testado en una cocina doméstica, con el fin de comprobar que el sistema funciona y que las cantidades de alimentos con las que se han confeccionado las listas de intercambio están dotadas de sentido dietético y sobre todo culinario, un aspecto ausente en la mayor parte de las publicaciones que, hasta el momento se han realizado en este en el ámbito mundial a éste respecto.

**EasyDiet®** es un nuevo programa informático dirigido a facilitar el trabajo diario de la consulta dietética. Sus principales ventajas son:

- Software on-line.
- Rápido acceso a las fichas personales de los pacientes.
- Fácil cálculo del gasto energético.
- Confección de dietas por gramaje o por intercambios.
- Planificar menús en distintas etapas de la vida y para diferentes colectivos.
- Utiliza la tabla de composición de alimentos del CESNID (Farran A, et al. 2004).
- Utiliza el sistema de intercambios de alimentos (Russolillo G, Marques I, 2007)

La versión actual de **EasyDiet®** está pensada para poder trabajar con personas entre 18 y 55 años, sanos o enfermos, basada en un modelo bicompartimental desde el punto de vista antropométrico. Por otra parte, se han utilizado los percentiles de referencia para la población española.

**EasyDiet®** ya está trabajando en futuras versiones que podrán incluir adaptaciones para deportistas, niños y ancianos, así como ampliaciones del contenido existente, por ejemplo datos antropométricos o bioimpedancia.

**EasyDiet®** permite adentrarse en un método que ayudará a la práctica dietética en situaciones de salud y enfermedad, así como a rentabilizar el tiempo en consulta del dietista-nutricionista.

#### Bibliografía

[www.easydiet.es](http://www.easydiet.es)

[www.intercambiodealimentos.com](http://www.intercambiodealimentos.com)

## MESA REDONDA: SUPLEMENTOS ESPORTIVOS NO BRASIL – A REALIDADE ATUAL

1. Histórico e eficácia científica – Nailza Maestá (UNIMEP)
2. Biossegurança – Franz H. P. Burini (CeMENutri – FMB, UNESP)
3. Legalidade – Gustavo T. Peres (ANVISA)

**Coordenador** – Roberto Carlos Burini (CeMENutri – FMB, UNESP)

### RESUMO

Os suplementos esportivos apresentam mercado crescente, estando no topo de todos os suplementos nutricionais consumidos. Os critérios mercadológico e propagandístico nem sempre obedecem aos preceitos da eficácia cientificamente comprovada. A fama dos ergogênicos alimentares contém componentes folclóricos e empíricos. Mesmo os dados publicados em revistas científicas nem sempre obedecem aos princípios da metodologia clássica, pelas dificuldades de inclusão do grupo controle. Um ponto ainda mais obscuro diz respeito à qualidade dos produtos comercializados e a biossegurança do tipo e da dose dos mesmos à saúde do usuário. A normatização brasileira regularizadora desses produtos vem sendo atualizada e o órgão governamental responsável tem procurado a proteção do consumidor, respeitando as pesquisas científicas e os direitos dos comercializadores.

ROBERTO CARLOS BURINI

burini@fmb.unesp.br

## NUTRIÇÃO ESPORTIVA: TENDÊNCIAS ATUAIS

É notório que uma alimentação adequada e balanceada é importante em todos os momentos da vida. Ela se torna ainda mais relevante quando está associada a prática de exercício físico, seja para fins competitivos ou não.

São necessárias estratégias nutricionais antes, durante e depois da competição para fornecer todos os nutrientes adequados para o indivíduo e também hidratá-lo de forma adequada. Logicamente isso irá variar de acordo com o tipo de esporte ou atividade praticada assim como as regras desse esporte.

O consumo de um aporte energético adequado é fundamental para maximizar os efeitos do treinamento. Quando não se consegue atingir esse aporte pode ocorrer perda de massa muscular, fadiga, e um maior período é necessário para a recuperação.

A recomendação de ingestão diária de carboidrato varia de 6 a 10 g/kg de peso corporal e irá depender do tipo, duração e intensidade do exercício. Esse nutriente é de extrema importância já que ele é o principal substrato durante o exercício, é responsável em manter os níveis de glicose durante o exercício, e, na recuperação pós exercício ajuda a repor os estoques de glicogênio muscular depletados.

A recomendação de proteína para atletas e/ou praticantes de atividade física varia de 1,2 a 1,7 g/kg de peso corporal / dia. Essa recomendação é facilmente atingida através da dieta não havendo necessidade do uso de suplementos, a não ser em casos específicos.

A questão da hidratação é relevante já que uma desidratação de 2 % do peso corporal já afeta negativamente o desempenho. É necessário sempre que o indivíduo já inicie o exercício bem hidratado. Durante o exercício a recomendação de hidratação é de 150 – 300 ml a cada 15 – 20 minutos. Essa recomendação irá depender das condições climáticas, da intensidade e da duração do exercício.

O período de recuperação é quando se precisa restabelecer o mais rápido possível o balanço hídrico e os estoques de glicogênio

muscular, isso porque na maioria das vezes o calendário esportivo não permite um descanso e, conseqüentemente uma recuperação adequada.

Em se tratando das recomendações pós exercício, é necessário um consumo de carboidrato de 1,0 a 1,5g / kg de peso corporal logo após o término do exercício e esse consumo deve se repetir a cada 2 horas até 6 horas após. A adição de 5 a 9 g de proteína a esta recomendação irá ajudar na resíntese do glicogênio muscular já que a proteína aumentará a resposta à insulina, ativando a síntese da enzima responsável pela deposição de glicogênio. Ainda não é certo o benefício da ingestão da proteína juntamente com o carboidrato nesse período pós-exercício; não se sabe se é devido ao aumento da resposta da insulina pela proteína em si ou se é resultado do aumento do consumo energético da refeição. É necessário lembrar que a proteína deve ser consumida nesse período para: (1) manter o balanço nitrogenado positivo; (2) reparar tecidos; (3) fazer as adaptações envolvendo a síntese de novas proteínas.

Em relação a hidratação, nesse período recomenda-se que, para cada Kg de peso corporal perdido durante o exercício, se consuma 1,5 L de líquidos em um período de até 6 horas após o término do exercício. A ingestão de bebidas contendo álcool e cafeína não é aconselhável nesse momento, já que causam efeitos diuréticos

## NUTRICOSMÉTICOS

**Dra. Andrea Dario Frias**  
**Mestre em Ciência e Tecnologia de Alimentos pela**  
**ESALQ-USP, Doutora em Ciência da**  
**Nutrição pela FEA-UNICAMP e Pós-Doutorada em Nutrição**  
**pela ESALQ-USP**  
**Coordenadora do Centro de Pesquisa Sanavita**

Com o envelhecimento da população mundial e o aumento da expectativa de vida é cada vez maior o interesse das pessoas em manter por mais tempo suas características juvenis, especialmente porque somos inundados constantemente pela mídia com imagens de homens e mulheres jovens e belos. A pressão social para melhorar a aparência é muito maior hoje que nas gerações passadas e, além disso, estudos psicológicos recentes mostram que quando a aparência nos agrada, melhor nos sentimos e mais saudáveis, felizes e produtivos nos tornamos.

Aspirar a manutenção da juventude não é algo novo e faz parte da natureza humana. Através da história, mulheres de Cleópatra à Maria Antonieta, até as estrelas de TV e cinema atuais sempre fizeram uso de cosméticos visando a busca da beleza e rejuvenescimento.

Durante décadas, empresas de cosméticos fabricaram cremes faciais e outros produtos de aplicação tópica com o objetivo de melhorar a aparência e a auto-estima das pessoas. No entanto, nos últimos anos, com base no conceito "somos o que comemos" começou a surgir no mercado uma nova categoria de produtos destinados a beleza - os chamados suplementos orais de beleza - com a promessa de nutrir a pele e seus acessórios de dentro para fora.

Muitas definições e expressões têm sido usadas para descrever estes produtos que pertencem a uma categoria pouco clara entre cosméticos, medicamentos e alimentação. O termo "nutricosmético" tem sido o mais empregado para enquadrar tais suplementos que se apresentam em forma de cápsulas, pós, líquidos e outros formatos

de alimentos que proporcionam efeitos favoráveis à saúde e beleza do corpo.

No Brasil, a Agência Nacional de Vigilância Sanitária não classifica nem registra produtos com essa denominação. Para a Anvisa, tais produtos são enquadrados como suplementos vitamínicos e minerais ou como alimentos funcionais, porque produzem efeitos metabólicos ou fisiológicos proporcionados pela ação de um nutriente na manutenção do organismo.

Sucesso na Europa, Japão e EUA a novidade já está revolucionando a indústria de cosméticos e alimentos. No desenvolvimento desses suplementos são empregados ingredientes funcionais com ações diversas, entre elas ações antioxidantes, repositoras de colágeno e elastina, proteção solar, imunomoduladoras, diuréticas, anorexígenas, entre outras.

Os princípios ativos com ação funcional mais explorados são os polifenóis do chá verde e cacau, vitaminas e minerais diversos, coenzima Q10, flavonóides do vinho, uva e romã, carotenóides (beta caroteno, licopeno, luteína etc), genisteína da soja, colágeno hidrolisado, ácidos graxos ômega-3, antocianinas de frutas vermelhas entre outras substâncias.

Vários efeitos têm sido atribuídos a esses produtos que prometem beleza de dentro para fora, entre eles a prevenção do envelhecimento da pele, o combate às rugas e perda de elasticidade cutânea, prevenção da queda capilar, fortalecimento das unhas, emagrecimento e redução de celulite.

O objetivo desses suplementos não é substituir os produtos cosméticos, cuja aplicação tópica propicia um efeito muitas vezes imediato, mas oferecer às células nutrientes adequados que favoreçam a saúde da pele, cabelos e unhas. O efeito é mais freqüentemente obtido após um tratamento que pode durar de um a três meses e para apoiar as reivindicações cosméticas, a efetividade desses suplementos deve ser visível, mensurável e comprovada.

A precursora desse novo conceito foi a empresa francesa Oenobiol que surgiu em 1985. Atualmente marcas como L'Oréal, Nestlé, Sanavita, Coca Cola, Danone, Parmalat e Ferrosan competem por esse mercado, que segundo pesquisa do Euromonitor Internacional ultrapassou \$2,1 bilhão em 2009, valor que representa apenas 3% de todo o mercado global de cuidados com a pele. Trata-se, portanto, de um mercado emergente que poderá ultrapassar \$5,62 bilhões em 2015, com uma taxa de crescimento anual de 17,8%.

Diante desses números fica claro que a comunidade científica não pode ignorar a existência desse novo conceito que cada vez mais cresce no mundo. No entanto, é importante que as pesquisas avancem nessa área e que os consumidores sejam conscientizados que os nutricosméticos são alimentos e como tal agem como coadjuvantes, não sendo permitido atribuir a eles propriedades medicamentosas.

## PÃES INDUSTRIAIS E MACARRÃO COMO FONTE DE CARBOIDRATOS NO CONTROLE DO PESO

**Prof. Dr. Edson Credidio – Médico Nutrólogo**  
**Doutor em Ciências de Alimentos pela Unicamp**  
**Pós-Doutorando em Alimentos Bioativos**  
**Presidente da sbNFD**  
**Autor com dezessete livros publicados.**

O carboidrato está presente em quase todos os alimentos, não só nas massas como se imagina. É um nutriente essencial que dá

energia para nosso organismo. É o substrato da energia do nosso cérebro e do nosso coração. Quando ingerimos o carboidrato, ele se transforma em glicose no sangue e só depois vira energia, quando carregado ao interior das células pela insulina. Se não for utilizado vira gordura. Se soubermos controlar a quantidade de carboidrato consumido, ele nunca trará prejuízo ao seu organismo. Então o melhor é escolher bem os carboidratos ao longo do dia. O melhor pão é o que tem vários tipos de farinhas, farinhas integrais e os mais diversos tipos de grãos. Ele vai ser absorvido mais lentamente, pelo fato de ele ter fibras e outra coisa importante que ele tem bem mais vitaminas e minerais. As fibras inseridas nas massas e pães diminuem o índice glicêmico do alimento e se tornam mais saudáveis. Um estudo da Universidade de Harvard, nos EUA, indica que as dietas pobres em carboidratos e ricas em proteínas podem causar danos às artérias, aumentando o risco de problemas cardiovasculares, como infartos e derrames. Embora as razões não estejam claras, os cientistas acreditam que esse tipo de dieta pode afetar o modo como as células da medula óssea limpam os depósitos de gordura das artérias. No estudo, os pesquisadores testaram três dietas diferentes em ratos – uma dieta padrão; uma dieta ocidental rica em gordura; e uma alimentação pobre em carboidratos e rica em proteínas. E, após 12 semanas, os pesquisadores notaram que o terceiro tipo de alimentação – rica em queijos, carnes e peixe – não havia alterado o colesterol dos animais e tinha os ajudado a ganhar menos peso, mas era responsável por maior formação de placas de gordura na parede arterial e por danos que podem levar a ataques cardíacos e infartos. Os resultados foram tão preocupantes que o pesquisador da equipe, decidiu interromper a dieta pobre em carboidratos que estava seguindo. A pesquisa sugere que, pelo menos em animais, que essas dietas podem ter efeitos cardiovasculares adversos. Por isso, apesar de estudos em humanos serem necessários para confirmação, os autores já indicam que o melhor para a maioria das pessoas é uma dieta equilibrada, harmônica e diversificada, que siga as Leis da alimentação, combinada com exercícios regulares e incorporados a vida.

## PROMOVER A ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL: GUIA ALIMENTAR ELETRÔNICO

**Palestrante: Profa Dra Sonia Tucunduva Philippi**

Os Guias Alimentares são instrumentos educativos, para orientação nutricional e alimentar que, baseado nas recomendações nutricionais, nos hábitos e comportamentos alimentares informa os indivíduos sobre a seleção, a forma e quantidade de alimentos a ser consumida.

A Pirâmide dos Alimentos adaptada à população brasileira (PHILIPPI, 1999) é um guia alimentar proposto com base na Pirâmide Alimentar americana de 1992. Foram organizados oito grupos de alimentos adaptados para os hábitos alimentares brasileiros e estabelecidas as porções dos diferentes grupos, os alimentos foram organizados em medidas usuais para a população brasileira e o respectivo peso em gramas.

Em 2005, PHILIPPI adaptou mais uma vez a Pirâmide dos Alimentos e publicou uma Pirâmide de 2000 kcal. Após a nova legislação para rotulagem dos alimentos e do Guia Alimentar brasileiro do Ministério da Saúde, foi revista a necessidade de uma readaptação, uma vez que a informação nutricional em rotulagem foi baseada em uma dieta de 2000 kcal. Nesta nova adaptação algumas modificações foram

realizadas. Com relação ao grupo das frutas, as porções foram modificadas para unidades mais usuais e o valor energético do grupo foi duplicado para 70 kcal. Além disso, a nomenclatura de alguns grupos alimentares foi alterada.

Devido à maior preocupação com a dieta como fator de risco para doenças crônicas não transmissíveis, em 2005/2006 foi apresentado pelo Ministério da Saúde o Guia Alimentar para a População Brasileira, que consolida-se como elemento concreto da identidade brasileira para implementação das recomendações preconizadas pela Organização Mundial da Saúde, no âmbito da Estratégia Global de Promoção da Alimentação Saudável, Atividade Física e Saúde (WHO, 2004). Esse documento contém as primeiras diretrizes oficiais para a população acerca dos hábitos alimentares saudáveis e ressalta a importância de valorizar os alimentos regionais para que a cultura alimentar seja resgatada e colocada em prática.

É notória a expansão da internet, nos últimos anos, seja no âmbito domiciliar, escolar, no trabalho ou em qualquer outro ponto. A orientação nutricional veiculada por ferramentas digitais tem sido reconhecida como um instrumento de grande potencial, tanto para a promoção da saúde quanto para as intervenções de maneira geral e a sua utilização em educação nutricional, bem como de recursos tecnológicos inovadores pode contribuir para facilitar o acesso às informações contidas nos guias.

## REGULATION OF IRON METABOLISM DURING PREGNANCY

**By H J McArdle, Christine Lang, Val Stevens, Helen Hayes, L Gambling**

**The Rowett Institute of Nutrition and Health, University of Aberdeen, Greenburn Road, Bucksburn, Aberdeen AB21. UK**

Iron is essential for normal growth and development and the consequences of deficiency in pregnancy can be very serious. Consequently, a series of complex regulatory processes have evolved to protect the fetal supply. The placenta plays the central role in this regulation. In this review, we will examine the mechanisms involved. Iron is carried in the maternal serum on transferrin. Transferrin binds to its receptor on the microvillar membrane of the placenta. The complex is taken up into coated vesicles and the vesicle is acidified. Iron is released and moves into the cytoplasm through a divalent channel, DMT1. Efflux of iron to the fetus is through a protein called ferroportin. At this stage, iron exists as Fe(II) and it is oxidised to Fe(III) by a protein called zyklopen, binds to fetal transferrin and is carried to the fetal liver. A small peptide, called hepcidin, is released from the fetal liver, at a level inversely proportional to iron status. This peptide interacts with the placenta, and regulates transferrin receptor expression. At the same time, an unidentified molecule signals fetal iron requirement to the maternal liver. The system seems to operate effectively until a certain "break-point" is reached, when the maternal liver re-asserts its iron requirement. If the mother cannot keep iron levels above this break point, the fetus will become iron deficient. However, until that point the fetus is protected at the expense of the mother. This very sophisticated system is an excellent example of maternal-fetal communication, mediated by the placenta.

This work was supported by Scottish Government, EARNEST and NuGO.

## COMPARATIVA DE LAS INGESTAS DIETÉTICAS DE REFERENCIA (IDR) DE LOS DIFERENTES PAÍSES DE LA UNIÓN EUROPEA, EEUU Y A NIVEL MUNDIAL

**Marta Cuervo Zapatel, PhD.**  
**Dietista-Nutricionista (Nºcol: NA00104)**  
**Prof. Nutrición Humana y Dietética**  
**Universidad de Navarra (Spain)**

Las Ingestas Dietéticas Recomendadas de energía y nutrientes han sido diseñadas en diferentes países por distintos comités de expertos nacionales e internacionales. Los valores establecidos por el Comité Americano de Alimentación y Nutrición, del Instituto de Medicina de Estados Unidos, FNB-IOM en sus siglas inglesas (*Food and Nutrition Board of the American Institute of Medicine*), en colaboración con científicos canadienses tienen especial relevancia. En Europa, el Comité Científico sobre Alimentación de la Comisión Europea propuso en 1993 las ingestas de energía y nutrientes para población Europea, las cuales están siendo revisadas en la actualidad y cuyas primeras opiniones han sido ya publicadas en 2010.

Por otro lado, la mayoría de países o grupos de países europeos han ido establecido en las últimas décadas sus propios valores de referencia teniendo en cuenta las características propias de su población. Estas ingestas de referencia difieren notablemente entre los distintos países estudiados en cuanto a grupos de población, tipo de nutrientes incluidos, metodología y periodicidad de las revisiones publicadas. Sin embargo, la mayoría definen de manera semejante los conceptos más importantes aunque tengan distintas denominaciones en cada país.

A nivel mundial, la *Food and Agriculture Organization* (FAO) desde 1948, la *World Health Organization* (WHO) desde el comienzo de los años 50 y la *United Nation University* (UNU) desde 1981, han reunido numerosos grupos de expertos en el campo de la nutrición para recoger, evaluar e interpretar el conocimiento científico más actual en cada momento. Las principales líneas de trabajo han sido: requerimientos de energía y proteínas, requerimientos de vitaminas minerales y elementos traza, y estudios sobre dieta, nutrición y prevención de enfermedades crónicas. Las últimas publicaciones, fruto del trabajo de estas organizaciones junto con *United Nations Children's Food* (UNICEF), proponen unas bases comunes todo el mundo; como punto de partida a partir del cual cada organismo nacional, regional o internacional pueda desarrollar los requerimientos específicos de sus poblaciones, sus propias políticas nutricionales, de acuerdo a una metodología común a todos, que garantice la objetividad y transparencia de todos los valores derivados.

## CONSENSO NACIONAL DE NUTRIÇÃO ONCOLÓGICA: AVANÇO NA ASSISTÊNCIA AO PACIENTE COM CÂNCER

**Nivaldo Barroso de Pinho, Analucia Gomes Lopes Oliveira, Viviane Dias Rodrigues, Mônica Santos Mello e Nadia Dias Gruezo**

O Consenso Nacional de Nutrição Oncológica foi idealizado em 2004 pelo Serviço de Nutrição e Dietética do Instituto Nacional do Câncer (INCA) com o objetivo de uniformizar a terapia e a assistência

nutricional aos pacientes oncológicos para garantir a equidade e a qualidade na assistência a indivíduos com câncer no Brasil.

Em 2005, realizou-se estudo para identificar e avaliar a representação por regiões de Instituições no Brasil que prestam assistência nutricional a indivíduos portadores de câncer. Em 2006 firmou-se um apoio com a HealthCare Nutrition/Nestlé para a construção do consenso.

De abril a julho de 2007 foram enviadas cartas convite para as instituições que assistem indivíduos com câncer para participação no I Fórum Nacional do Consenso que aconteceu nos dias 09 e 10 de outubro de 2007, no INCA.

Definiram-se os temas a serem consensuados e a metodologia de construção do consenso por nutricionistas representantes das unidades hospitalares do INCA.

Identificaram-se os atores internos para desempenharem os papéis estratégicos na construção do documento de consenso.

O I Fórum Nacional do Consenso contou com a participação de 42 instituições. Os temas para discussão foram distribuídos por região entre as instituições participantes sendo:

- Centro-Oeste (Três instituições): Orientações Nutricionais para os Sinais e Sintomas Causados pela Terapia Anti-tumoral;
- Norte/Nordeste (Dez instituições): Paciente Oncológico Adulto;
- Sudeste: SP, ES e MG (Dez instituições) e RJ (Sete instituições): Paciente Adulto em Cuidados Paliativos;
- Sudeste: SP e RJ (Três instituições): Paciente Pediátrico em Cuidados Paliativos;
- Sul (Nove instituições): Paciente Oncológico Pediátrico;

Definiram-se os líderes regionais e os co-facilitadores responsáveis pelas regiões. Cada instituição participante buscou, em sua região, instituições pares para trabalhar a formulação das propostas a serem discutidas nas reuniões regionais.

As propostas foram construídas por cada instituição participante e seus pares, e depois revisadas pelos co-facilitadores do INCA e re-encaminhadas para todas as instituições, para que conhecessem o conteúdo das discussões do Fórum Regional com antecedência.

Os Fóruns Regionais aconteceram entre maio e junho de 2008 nas instituições representantes de cada região.

Entre os meses de maio e junho de 2008, realizaram-se os cinco Fóruns Regionais e construíram-se 334 propostas envolvendo temas relacionados à assistência nutricional a pacientes oncológicos pediátrico e adulto, nas diferentes fases da doença e do tratamento. Os temas abordados foram Avaliação Nutricional, Recomendações Nutricionais, Terapia Nutricional, Seguimento Ambulatorial e Sinais e Sintomas da Causados pela Terapia Anti-tumoral em pacientes submetidos à cirurgia, quimioterapia e radioterapia e em cuidados paliativos.

De julho a agosto de 2008, realizou-se o Fórum à Distância, no qual todas as propostas construídas regionalmente foram votadas pelos participantes do Consenso. As propostas que não foram consensuadas nacionalmente foram submetidas à discussão e à votação no II Fórum Nacional, que ocorreu em outubro de 2008 no Rio de Janeiro (RJ).

As propostas construídas e consensuadas nacionalmente foram enviadas para as sociedades internacionais de Portugal, do Canadá e da América Latina, que fizeram as suas considerações.

As estratégias de implementação das Diretrizes Nacionais de Nutrição Oncológica foram discutidas no III Fórum Nacional, em setembro de 2009, no Rio de Janeiro (RJ).

O documento de Consenso foi editado pelo Ministério da Saúde (MS) e lançado no Congresso Brasileiro de Nutrição Oncológica do

INCA, 4ª Jornada Internacional de Nutrição Oncológica e 3ª Jornada Luso-Brasileira em Nutrição Oncológica, em outubro de 2009.

Este é um documento dinâmico que será revisado por todos os participantes do Consenso em Fóruns Nacionais, realizados a cada dois anos.

## IMPORTÂNCIA DA NUTRIÇÃO NA SAÚDE MATERNO-INFANTIL

**Profa Dra Márcia Regina Vitolo**  
**Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre- RS**

Exposições nutricionais, ambientais e o crescimento durante o período intra-uterino e os primeiros anos de vida podem ter efeitos importantes sobre as condições de saúde posteriores. Durante o 2º e o 3º trimestres de gestação, ocorre intenso desenvolvimento do feto e o ganho de peso adequado, a ingestão de energia e nutrientes e o estilo de vida da gestante no período são determinantes para a saúde materno-infantil. Recomenda-se que as mulheres com baixo peso ganhem em torno de 15kg, as eutróficas entre 10 e 12kg e aquelas com excesso de peso, entre 6 e 7 kg nos dois últimos trimestres, e o ganho de peso excessivo e dificuldade de perda de peso após o parto são importantes preditores do estado nutricional. Estudo de coorte realizado pelo nosso grupo de pesquisa avaliou 619 mulheres atendidas em unidades de saúde e descreveu que a frequência de excesso de peso aumentou de 36,6% para 52,6% após o período gestacional, quando comparado ao período pré-gestacional, e que 45,9% das mulheres retiveram mais de 5kg seis meses após o parto. O peso de nascimento, o ganho de peso e a velocidade de crescimento do lactente refletem as condições intra-uterinas e ambientais do primeiro ano de vida e estudos demonstram a importância desse intervalo para o desenvolvimento de obesidade futura. Recomenda-se o ganho superior a 20g/dia e o crescimento de 15cm, entre 0 e 6 meses, e o ganho entre 15 e 20 g/dia e o crescimento de 10cm entre 6 e 12 meses. Estudo epidemiológico demonstrou maior risco de obesidade futura nos filhos de mães fumantes durante a gestação e pesquisa com adolescentes com idades entre 13 e 16 anos mostrou que o baixo peso ao nascer estava associado com menor proporção de massa magra, podendo ser preditor de obesidade no adulto. Há evidências de que os alimentos que a criança recebe nos primeiros dois anos de vida irão determinar as suas preferências e influenciar nas condições de saúde posteriores. A prática do aleitamento materno exclusivo por 6 meses e a adequada introdução da alimentação complementar são diretrizes estabelecidas pelo Ministério da Saúde por meio dos "Os dez passos para uma alimentação saudável para as crianças brasileiras menores de dois anos". Estudo realizado pelo nosso grupo de pesquisa avaliou a implementação de intervenção nutricional no primeiro ano de vida por meio da orientação das mães com as diretrizes do programa, demonstrando impacto positivo na melhora das práticas alimentares, na redução de ocorrência de cárie dental, diarreia, problemas respiratórios e uso de medicamentos no primeiro ano de vida e na idade pré-escolar. A promoção da saúde materno-infantil engloba a vigilância durante fases precoces da vida, desde o desenvolvimento intra-uterino até a formação dos hábitos alimentares e padrões de comportamento na idade pré-escolar. A prevenção da obesidade, portanto, deve começar nos primeiros anos de vida.

## LEUCINA E TECIDO ADIPOSE: QUAL A RELAÇÃO COM A ATIVIDADE FÍSICA?

**Michele Caroline de Costa Trindade**

O tecido adiposo era conhecido, principalmente, como reservatório energético e isolante térmico, porém, nas últimas décadas, a literatura o apresentou como importante secretagogo de várias substâncias metabolicamente ativas com papéis autórinos, parácrinos e endócrinos. Entretanto, distúrbios no tecido adiposo estão relacionados ao tamanho e a quantidade de suas células, sendo que a quantidade se torna menos agravante diante do tamanho das células, pois uma vez descompensado há o aumento da secreção de substâncias com características pró-inflamatórias e redução da secreção de anti-inflamatórias. Evidências científicas mostram que o aumento da massa adiposa está relacionado com diversas doenças consideradas, atualmente, como problemas para a saúde pública nacional e internacional. Uma estratégia a fim de reduzir as consequências maléficas do metabolismo adiposo é a prática regular de atividade física (exercício físico). O exercício físico pode reduzir a massa visceral, e conseqüentemente, a secreção de substâncias pró-inflamatórias (TNF-alfa, IL6), além de melhora a sensibilidade à insulina e aumento da secreção das citocinas anti-inflamatórias, ajudando na regulação do metabolismo como um todo. A leucina, por sua vez, é um aminoácido de cadeia ramificada indispensável, que não pode ser sintetizado pelo organismo, portanto, deve ser obtido por meio da alimentação. A leucina atua na síntese protéica, redução da degradação protéica e redução da gordura corporal, produzindo significativas mudanças na composição corporal. Além de seu papel como secretagogo de insulina, a leucina é um nutriente sinalizador que regula a síntese protéica em adipócitos, bem como em outros tecidos, por mecanismos que são independentes de insulina, embora os níveis basais deste hormônio sejam importantes para potencializar o efeito mediado por este aminoácido. Contudo, dados da literatura apontam possível efeito lipogênico e adipogênico da suplementação de leucina e do exercício físico, indicando que alimentação saudável e a prática regular da atividade física são fundamentais para a manutenção da saúde.

## OVO- UM ALIMENTO FUNCIONAL E SUA IMPORTÂNCIA PARA SAÚDE

**Henry Okigami**

O ovo é um alimento riquíssimo em vários nutrientes. Seu teor de fosfatidilcolina e proteína de alto valor biológico (albumina) indicam seu uso para a população em geral, principalmente a população em desenvolvimento. Durante anos o consumo de ovo foi desaconselhado por profissionais de saúde em função da presença do colesterol em sua composição. Hoje sabemos que o grande vilão do colesterol não é o ovo e sim o nosso próprio fígado, que sintetiza a maior parte do colesterol em nosso organismo. Por outro lado, a albumina também é hoje uma proteína que tem sua aplicação relegada a segundo plano. Considerada uma proteína de alto valor biológico, a albumina é uma das proteínas mais baratas encontradas nos alimentos e pode ser encontrada em altíssima concentração na clara do ovo. Atletas de alto desempenho podem se beneficiar utilizando esta proteína durante o seu treino.

Estudos deverão ser realizados no futuro para também aproveitar a casca do ovo como possível fonte de cálcio para a população carente.



## 11º Congresso Internacional de Gastronomia e Nutrição

01 e 02 de outubro de 2010

### A ARTE DE UM BOM ESPRESSO

Ana Regina Rocha Teixeira – ASSICAFÉ/ILLYCAFFÈ  
Mega Congresso Nutrição – outubro 2010

Um café de boa qualidade deve ser da espécie *Coffea arabica*, bem preparado desde a colheita até o armazenamento, não possuir defeitos capitais e ter características organolépticas positivas na xícara que agradem o consumidor final.

O fruto do café é constituído pela casca, a mucilagem, o pergaminho, a película prateada, o grão e o embrião. O fruto cereja maduro na árvore é a matéria prima ideal para obter um café de qualidade, seja qual for a região de produção. O segredo está nas muitas etapas percorridas até a xícara, sabendo que todas elas devem ser muito bem conduzidas.

A primeira etapa para conhecer a qualidade de um café é fazer a classificação. Ela é feita pela análise de amostras de café cru. Na Tabela Oficial Brasileira existem 7 tipos de valores decrescentes de 2 a 8 e resultantes da apreciação de uma amostra de 300 gramas de café beneficiado, segundo normas estabelecidas. A cada tipo corresponde um maior ou menor número de defeitos (grãos imperfeitos ou impurezas). Os defeitos que mais prejudicam a bebida são os pretos, os preto-verdes, os ardidos e os verdes.

Um café é considerado Commodity quando é do tipo 6 para melhor, com 86 defeitos.

Um café especial, como o café adquirido pela torrefadora italiana *illycaffè*, líder em qualidade, deve ser do tipo 2 ou do tipo 3, com no máximo 12 defeitos, ter peneira 16 e acima, bom aspecto, cor uniforme e teor de umidade máximo de 11%.

Após a análise física do café cru, o mesmo é torrado e analisado sensorialmente através da degustação. A análise da qualidade da bebida é feita através do sentido do paladar (gosto), do tacto (corpo e adstringência) e do olfato (aroma). Poderemos sentir aromas positivos e negativos.

Na avaliação sensorial do *espresso* para seleção dos cafés para a *illycaffè* são utilizadas equipes de degustadores especializados. Cada amostra verdadeiramente representativa de um lote de café é degustada 4 vezes e com equipe de 5 degustadores. Com essas repetições tem-se a certeza da qualidade do produto analisado. Além da bebida são analisados a acidez, o amargor, a doçura, o corpo, a adstringência e o aroma. Os principais aromas positivos são: chocolate, caramelo, flor, fruto, mel, pão torrado, amêndoa e avelã. Os negativos são: fermentado, mofo, madeira, imaturo (verde), ranço, riado/rio, sacaria, querosene e fumaça.

Grãos defeituosos alteram a qualidade de um *espresso*. Os com grãos defeituosos pretos tem gosto de mofo ou terra; os grãos preto-verdes tem gosto de fermentado forte ou peixe podre; os grãos ardidos tem gosto de fermentado ou vinagre; os grãos verdes tem sabor de imaturo, não tem aroma, são mais amargos e

adstringentes; os grãos mal secos e úmidos tem gosto de madeira ou de safra velha.

Um *espresso* de qualidade deve ser preparado com grãos sadios, sem defeitos, ter aromas especiais, ser encorpado, ter acidez equilibrada, amargor agradável, boa doçura e ser livre de adstringência.

O café *espresso* deve ser preparado no momento do consumo e extraído rapidamente por um método de percolação em que uma pequena quantidade de água aquecida e pressurizada, passa por um bolo comprimido de café torrado e moído, admitindo na xícara só a melhor parte dos compostos solúveis. Possui uma camada de creme (espuma) espessa e consistente na superfície. Forma um líquido subjacente opaco, devido à fase de dispersão das gotinhas de óleo na emulsão, que otimiza o impacto sensorial, aumentando o corpo, melhorando o sabor (lipídios são portadores de aroma) e prolongando a persistência de sabor.

Tomamos café, não pela contribuição energética, que é de apenas 8 kcal, mas pela contribuição estimulante da cafeína e principalmente por prazer. A dosagem da cafeína é importante e ela atua no cérebro de formas distintas: em doses baixas (200-300 mg/dia = 4-5 xícaras) age positivamente, intensificando a agilidade e o ânimo; em doses elevadas (mais de 1 g/dia = 10 xícaras), age negativamente causando ansiedade, *secura* nos olhos e batidas irregulares no coração. A dose de cafeína ideal é de 2-3mg/kg de peso do corpo. Mas o café não contém só cafeína, a composição química do grão de café torrado é muito complexa com mais de 2 mil compostos identificados. O grão de café cru é composto por cafeína, lipídios, ácidos clorogênicos e alifáticos, aminoácidos, trigonelina, glicosídeos, minerais, potássio, carboidratos, entre outros.

O café tem muitos efeitos benéficos, aumentando a capacidade de concentração, a memória e o estado de alerta, ao mesmo tempo, induz ao relaxamento. Possui antioxidantes que reduzem os radicais livres, tem atividade antidegenerativa, protege contra alguns tipos de câncer, ajuda a prevenir cáries, entre outros.

Para que um *espresso* seja perfeito devemos avaliar e controlar quatro "M": a mistura (blend), o moinho, a máquina e a mão. O café utilizado para fazer um *espresso* deve ser de alta qualidade, 100% arábica e com torração adequada. Manter o café torrado bem conservado é muito importante, pois, ele oxida rapidamente em contato com o ar. Após abrir a embalagem o café deve ser utilizado logo, ser mantido em embalagem fechada no escuro e de preferência na geladeira.

O moinho deve estar sempre limpo e regulado de acordo com a torra do grão de café. A máquina deve estar sempre limpa, regulada com água a 90°C e pressão de 9 atm.

O operador (barista) tem papel fundamental na limpeza e regulagem de todos os equipamentos, na utilização de um café de qualidade, no uso da dose certa, na compactação correta do pó e no tempo exato de extração. Um café extraído corretamente apresenta

corpo denso, é aromático e doce, com espuma espessa e persistente e com um retro gosto agradável.

## APLICAÇÃO DA BIOTECNOLOGIA NA OBTENÇÃO DE ALIMENTOS SEGUROS E SAUDÁVEIS

A biotecnologia é utilizada na produção de alimentos há muito tempo. Os conhecimentos que possibilitaram o desenvolvimento dessa ciência nos remetem ao século XIX, quando o monge agostiniano austríaco, Gregor Johann Mendel descobriu as bases da genética, explicando a transmissão de características de geração para geração. Desde então, a biotecnologia vem sendo largamente utilizada em muitas áreas de pesquisa e também na produção de diversos tipos de alimentos.

Na década de 1970, a biotecnologia incorporou técnicas da engenharia genética. Os primeiros organismos a serem modificados foram os microrganismos usados na produção e na transformação de alimentos. Nesse caso, seu emprego pode ser direto (queijos, cerveja e etc.) ou indireto (enzimas, aminoácidos, vitaminas e etc.), fazendo parte da nossa alimentação diária há mais de 20 anos. As primeiras plantas geneticamente modificadas (GM) passaram a ser comercializadas a partir do final da década de 90 e foram rapidamente adotadas pelos agricultores dos 25 principais países produtores de alimentos. A adoção da biotecnologia na agricultura tornou-a mais limpa e ambientalmente sustentável. O avanço desta tecnologia está permitindo o desenvolvimento de plantas adaptadas a condições adversas de clima e solo, com maior valor nutricional, entre outras.

Atualmente os alimentos GM são uma realidade. Para que um produto transgênico seja liberado para consumo, ele passa por diversas avaliações de biossegurança criteriosas e severas compatíveis com as determinações da Organização Mundial da Saúde (OMS) e da Organização para a Agricultura e Alimentação (FAO). Por essas razões, os alimentos GM são tão ou mais seguros que os convencionais, qualquer que seja o aspecto analisado (alimentação humana e animal ou segurança ambiental).

Além de seguros, eles são saudáveis. Isso se deve ao fato de a biotecnologia permitir que esses alimentos sejam melhorados no que diz respeito às suas propriedades nutricionais. Com a genética clássica foi possível melhorar alimentos durante muito tempo, porém, o ganho nutricional não pode ser conseguido dessa maneira. A única forma de fazermos isso é lançando mão da biotecnologia.

## AQUECIMENTO DE ÓLEOS E GORDURAS: IMPLICAÇÕES NUTRICIONAIS E IMPACTOS SOBRE A SAÚDE

**Profa. Dra. Lilia Zago F Santos**

**O ESTADO DA ARTE:** A estabilidade térmica de óleos e gorduras é fator determinante da qualidade de ambos, não somente sob o aspecto sensorial, mas, também sob os aspectos nutricionais e de saúde. Os impactos do consumo dos compostos resultantes da oxidação térmica de óleos e gorduras sobre a saúde podem ser deveras negativos. Estudos demonstram associações entre consumo de produtos da oxidação térmica de componentes alimentares e risco para o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis, particularmente, alguns tipos de câncer.

No contexto da dietética e da técnica dietética, os óleos e as gorduras tanto de origem animal quanto de origem vegetal, são frequentemente submetidos a temperaturas elevadas objetivando, especialmente, promover as características sensoriais desejadas

e particulares de determinada preparação.

**O INGREDIENTE ÚNICO:** Óleos e gorduras desempenham um papel extraordinário no desenvolvimento das características sensoriais de sabor e textura nos alimentos e/ou preparações que os contêm como ingrediente principal ou fundamental. O alimento submetido à fritura por imersão, por exemplo, deve a sua característica única de sabor e textura a presença essencial de grandes quantidades de óleo e/ou gordura no processo. A fritura, umas das mais antigas técnicas culinárias caracterizada pela cocção de alimentos mergulhados em óleo e/ou gordura a alta temperatura, está presente nos cardápios e nas dietas da população brasileira com grande frequência.

**O PROBLEMA:** A despeito dos efeitos negativos que o consumo excessivo de alimentos fritos pode causar sob o aspecto da ingestão excessiva de energia a partir de gorduras totais, outro aspecto importante e merecedor de atenção especial é a ingestão dos compostos resultantes do aquecimento do óleo e/ou gordura utilizado para a fritura.

**A DÚVIDA:** como realizar o processo de fritura de forma a garantir um alimento frito que seja saudável e, sobretudo, seguro do ponto de vista nutricional e de saúde? A escolha do óleo e/ou gordura a ser utilizado em técnicas culinárias que envolvam altas temperaturas perpassa vários fatores, a citar: a origem; a tecnologia de obtenção e grau de refino; a composição em ácidos graxos e outros compostos lipídicos; e a própria estabilidade térmica.

**O DESAFIO:** agregar conhecimento e esforços de profissionais especialistas da área como os nutricionistas, gastrônomos e chefes de cozinha, cada um com suas respectivas habilidades e competências no que diz respeito a cocção de óleos e gorduras, de forma a promover a interconexão entre a Ciência da Nutrição e a Arte da Gastronomia dentro do contexto da Segurança Alimentar e Nutricional.

## ASPECTOS GASTRONÔMICOS, NUTRICIONAIS E DE COMENSALIDADE DAS COZINHAS REGIONAIS BRASILEIRAS

**Márcia Menezes de Mello Paranaguá**

Os aspectos gastronômicos criados e difundidos pelos povos, a cada geração integram a história das localidades e são determinantes para a formação do acervo histórico das cozinhas regionais brasileiras.

É consenso entre pesquisadores discutir gastronomia como a ciência vinculada ao comportamento humano.

Nesse contexto, antropólogos, sociólogos e filósofos ratificam o conceito de gastronomia, reforçado por Savarin, como fruto do "...conhecimento racional de tudo o que é relativo ao homem enquanto ser que se nutre. (Physiologie Du Gout. 1825 – J A Brillat Savarin). Nessa perspectiva não só as escolhas dos alimentos, como também as formas de consumo e de preparo das iguarias, são aspectos relevantes que compõem o acervo culinário de uma nação.

O estudo dos acervos culinários deve também merecer destaque para análise dos aspectos nutricionais na medida em que através da seleção das suas iguarias e formas de preparo determinam o consumo de fontes de certos nutrientes que iram repercutir no status nutricional dos povos de cada região.

Aliado ao estudo da gastronomia, o conhecimento das recomendações de caráter nutricional fornecem a base para a promoção de sistemas alimentares e do consumo de alimentos saudáveis, tendo como objetivo a redução de agravos, em especial as DCNT (Doenças Crônicas Não Transmissíveis). Nessa perspectiva os acervos culinários regionais devem ser conhecidos

e acompanhados com vistas a verificar se os alimentos que os compõem estão de acordo com as orientações de caráter nutricional objetivando a adoção de ações de incentivo ou mesmo de restrição de consumo por parte dos profissionais da área de saúde.

Do ponto de vista da comensalidade, aspecto que trata do ato social da alimentação, também é recomendado que a interação entre as pessoas seja alvo de estudo para se discutir como a mesma influencia na formação e no fortalecimento de hábitos alimentares, no âmbito da família, corporação e do comércio de alimentos.

Vislumbrando todos esses aspectos num país como o Brasil, onde as desigualdades regionais são expressivas e as condições climáticas são diversas, é importante destacar as peculiaridades e características das cozinhas brasileiras através do acervo de cada região, e como os aspectos gastronômicos, nutricionais e de comensalidade influenciam na dinâmica da reconstrução dos acervos culinários.

No tocante as recomendações nutricionais, o ícone da "Pirâmide dos Alimentos" descrito e divulgado no Guia Alimentar Para a População Brasileira do Ministério da Saúde, preconiza orientações voltadas a adequar o consumo de proteína da dieta do brasileiro, reduzir a ingestão de gorduras saturadas e de lipídios tais como triglicérides e colesterol; moderar o consumo de sal, açúcar simples e álcool além de recomendar o enriquecimento nas refeições com vegetais, frutas e grãos.

Pesquisas desenvolvidas pelo IBGE (2007) em conjunto com o Ministério da Saúde, revelam que o perfil alimentar da dieta do brasileiro converge para uma supervalorização do consumo de carnes em detrimento do arroz e do feijão. Apresenta elevação ascendente do teor de gordura nas refeições; e está composta de alimentos com elevado teor protéico; associada ao alto consumo de alimentos refinados, redução de fibras alimentares e ao aumento no consumo de alimentos processados/industrializados, que apresentam teores elevados de açúcar simples, cloreto de sódio e de gordura hidrogenada. (FISBERG, 2002 e Guia Alimentar Para a População Brasileira, 2006).

Considerando todas as influências e determinantes descortinasse as peculiaridades e características das cozinhas brasileiras através da apresentação do acervo de cada região relacionando os aspectos nutricionais.

A vasta oferta de produtos da fauna e da flora compõe o acervo da REGIÃO NORTE. Os estados do Pará e

Amazonas apresentam fortes influências da cultura indígena sendo considerados por antropólogos e historiadores como a culinária autóctone, ou seja, legítima da nação brasileira. Os alimentos mais marcantes desde a sua origem são a mandioca que se expressa no consumo de farinha, angus e pirões, associadas aos peixes que também são fracionados em farinhas. Frutos nativos tais como cupuaçu, açaí, castanha. Todos esses produtos culminando em iguarias e pratos marcantes tais como peixadas e caldeiradas.

Como características nutricionais são observadas um elevado teor protéico e de fibras (Açaí e Guaraná em pó), um aporte lipídico importante pelo consumo de oleaginosas como a castanha. Esta região apresentou o maior consumo de farinha de mandioca per capita do Brasil (33 a 37kg/domicílio/ano). IBGE, 1990. Como baixo consumo observa-se o de hortaliças, fontes de cálcio e 40% do ferro é originado de vegetais segundo pesquisa promovida pelo INCAF (Inquérito do Consumo Alimentar Familiar) em 1997.

Da REGIÃO CENTRO-OESTE destacasse os estados do Mato Grosso do Sul, Brasília e Goiás, que receberam fortes influências dos "candangos" resultando na chamada "gastronomia rural". As culturas determinantes foram originadas pelos desbravadores e bandeirantes descendentes de europeus (espanhóis), indígenas e africanos. Apresentam iguarias compostas com peixes de água

doce, frutas, arroz, carne bovina, polvilho e farinha e milho, resultando em preparações muito difundidas em outras regiões tais como os atraentes doces de compota e em pasta, a lingüiça "Pantaneira", os variados tipos de pamonha e paçocas.

Como características nutricionais, algumas preparações apresentam um alto teor em beta caroteno, retinol e vitamina A como as iguarias preparadas com o fruto Piquí. Por conta da transformação das frutas em doces, sorvetes e sucos, além da preparação de bolos e biscoitos de polvilho, o consumo de açúcar simples é elevado. O consumo de amido também é elevado pelo hábito de preparo e consumo de iguarias tais como o "Arroz com Piquí", "Arroz maria-isabel", arroz doce, bolo de arroz. Aliado a esse aspecto a gordura saturada é muito consumida através da utilização da manteiga e banha em muitas iguarias, sobretudo as preparações cuja combinação inclui o arroz e as carnes secas. Observa-se um baixo teor no consumo de ferro.

Espírito Santo, Minas, São Paulo e Rio de Janeiro são os destaques da REGIÃO SUDESTE, com

determinantes culturais originados por forte influencia indígena, aliada a época do "ciclo do ouro" e das pedras preciosas. Os alimentos mais tradicionais são os peixes e crustáceos a exceção do estado de São Paulo, as farinhas de milho e mandioca, feijões, urucum e polvilho. As iguarias mais marcantes são os pirões, o torresmo, as lingüiças, o famoso "Tutu de feijão" e "Feijão Tropeiro" de Minas Gerais, o pão de queijo, os biscoitos, os doces cristalizados e o doce de leite.

Como característica nutricional observasse o alto teor de proteína através do consumo de peixes (Peroá e Agulha), de carboidrato pelo consumo de macarrão, arroz, feijão, polenta, pirão, farofas, pães e de gordura saturada pela ingestão de preparações com carne suína (embutidos e defumados), banha de porco e aves fritas. A ingestão de caféina também é elevada através do hábito de se associar iguarias tais como pão de queijo e biscoitos ao café preto. Observa-se também elevado teor de minerais tais como cálcio, sódio e potássio pelo consumo de leite e derivados, pão de queijo e biscoitos. Lamentavelmente como em grande parte das regiões do Brasil se observa o baixo teor em fibras. Dos carotenóides presentes nas sementes do urucum, 80% correspondem a Bixina. São essenciais como precursores da síntese da vitamina A.

A REGIÃO SUL reserva nos estados do Paraná, Santa Catarina e Rio Grande do Sul, a forte influencia da colonização de núcleos populacionais italianos, franceses, alemães, suíços e poloneses como culturas determinantes para a formação do seu acervo culinário.

Os alimentos mais disponíveis nessa região e que deram origem a varias iguarias são a carne bovina, os cereais (aveia, cevada, centeio, milho), as carnes defumadas, gengibre moído, noz moscada, erva-mate, pimenta do reino, carne suína e bovina. Resultaram assim em iguarias tais como: pirões, polenta, arroz de carreteiro, churrasco, chimarrão. Como característica nutricional observasse o alto teor de lipídios e colesterol pelo consumo de carnes defumadas, carne suína além do consumo de alimentos ricos em carboidrato complexo tais como o arroz, o trigo e seus derivados, a banana e a polenta. O consumo de proteína através dos hábitos de se consumir feijões e laticínios como os queijos também é observado. Nesta região o teor de fibras está próximo das recomendações nutricionais pelo consumo de hortaliças.

Por fim a REGIÃO NORDESTE reserva um rico acervo originado pela influência, africana, indígena e portuguesa, com forte apelo religioso alicerçado na comida de santo e em especial no Candomblé traduzido nas culinárias votivas e de oferendas aos orixás. Os alimentos de maior destaque foram descobertos antes e após o descobrimento da nação brasileira sendo a farinha de mandioca e seus derivados o mais marcantes.

O milho, o camarão seco e defumado, o cheiro verde, o óleo de palma ou o azeite de dendê, feijão de corda, gengibre e leite de coco também apóiam esse precioso acervo brasileiro.

Como característica nutricional observasse o alto teor e consumo de ácidos graxos saturados, justificado pela ampla utilização de leite de coco e de vaca nas preparações típicas. Das vitaminas C e de fibras pelo consumo de preparações com folhosas dentre as quais a taioba, couve folha e a língua de vaca. De carboidrato complexo pelo consumo de aipim cozido e frito, inhame, batata doce e fruta pão. Destaca-se o baixo consumo de frutas acarretando o baixo teor de fibras e de cálcio na dieta do nordestino.

Diante de tal patrimônio gastronômico a sociedade por conta de múltiplos fatores tem contemplado mudanças nos aspectos gastronômicos, nutricionais e de comensalidade que vem influenciando no acervo das cozinhas regionais brasileiras.

Como conseqüência desfavorável registrasse a redução no consumo de fibras e alto consumo de refinados a elevação no consumo de açúcar e sal, a variação no uso dos ingredientes básicos das receitas influenciando na perda da autenticidade das iguarias, a elevação no consumo de aditivos químicos, o aumento dos riscos de contaminação pelo consumo de alimentos de conveniência vendidos em vias públicas, o rompimento do ato simbólico das refeições à mesa e a redução do incentivo das culturas de subsistência e do "agro artesanato".

Favoravelmente observasse as reduções dos riscos de contaminação pela higiene do preparo de alimentos com ingredientes industrializados e possibilidade de melhor conservação, aliado a redução dos riscos de doenças crônicas degenerativas pela substituição dos ácidos graxos saturados pelos insaturados. As pesquisas também apontam para o aumento da disponibilidade de fontes de minerais e vitaminas. Em relação as condições de vida a otimização do tempo de aplicação das técnicas de preparo pelo uso de ingredientes minimamente processados e o rompimento de tabus, superstições e crenças reduzindo as possibilidades de doenças carenciais também podem ser considerados como aspectos positivos.

## Referências

- CHAVES, GUTA. Larousse da Cozinha brasileira: raízes culturais da nossa terra /Guta Chaves, Dolores Freixa: ilustrações Ricardo Valery Sanzi. São Paulo: Larousse do Brasil, 2007.
- SENAC DF. Gastronomia: Cortes e Recortes. 1. ed. Distrito Federal: SENAC - Distrito Federal, 2006. v. 01.
- FERNANDES, CALOCA, Viagem gastronômica através do Brasil. 2ª edição. São Paulo: Editora SENAC São Paulo: Estúdio Sônia Robatto, 2001.
- FISBERG, MAURO – Um, Dois, feijão com arroz: A alimentação no Brasil de Norte a Sul – São Paulo- Ed. Atheneu – 2002.
- FRANCO, ARIIVALDO - De Caçador a Gourmet: Uma história da Gastronomia. São Paulo – Senac, 2001.
- LODY, R. Santo também come. 2ª Ed. Rio de Janeiro. Editora Pallas, 1998.
- MINISTÉRIO DA SAÚDE; Secretaria da Atenção à Saúde; Departamento de Atenção básica; Coordenação-Geral da política de alimentação e Nutrição; Guia Alimentar Para a População Brasileira: Promovendo a Alimentação Saudável; Série A. Normas e Manuais Técnicos. Brasília – DF, 2006.
- ROMIO, Eda. Brasil 1500/200: 500 Anos de Sabor /Eda Romio. São Paulo: ER Comunicações, 2000.
- FLANDRIN E MONTANARI, Jean-Louis. História da Alimentação. São Paulo. Estação Liberdade, 1998. 885p.
- GOMENSORO, M.L. Pequeno Dicionário de Gastronomia. Editora Objetiva, Rio de Janeiro, 1999

JACOB, H.M.A. Comer com os olhos: estudo das imagens da cozinha brasileira na revista Claudia Cozinha. Intercom - Sociedade Brasileira de Estudos Interdisciplinares da Comunicação. XXX Congresso Brasileiro da Comunicação, Santos, 2007.

ORNELLAS, L.H. Técnica dietética: seleção e preparo de alimentos. Atheneu Editora. São Paulo. 8ª Edição. Revisada e ampliada. 2007.

SAVARIN, Brillat – A FISILOGIA DO GOSTO/ Brillat Savarin; Tradução Paulo NEVES. – SÃO PAULO: Companhia das Letras, 1995.

SENAC DN. A história da gastronomia. Rio de Janeiro: Ed. SENAC Nacional, 2008.

SENAC DN. A história da gastronomia. Rio de Janeiro: Ed. SENAC Nacional, 2008. Silva Vieira; Francisco Tommy Freund; Rose Zuanetti. Rio de Janeiro: Ed. Senac Nacional, 2001. 112p.

## CAFÉ: COMO RECONHECER SUA QUALIDADE? PROGRAMA DE QUALIDADE DO CAFÉ - PQC

### Associação Brasileira da Indústria de Café

Vive-se hoje o cenário da busca incessante da Qualidade em todos os tipos de organização, seja de produtos, seja de serviços, como fator de sobrevivência e competitividade.

O que o mercado exige as empresas são obrigadas a atender. E ampliar continuamente o consumo do café é o grande desafio que todos perseguem em muitos países, sejam eles produtores e/ou consumidores do produto.

A ABIC, atenta as mudanças que estão acontecendo nestes tempos, entende que a grande alternativa, para solucionar os gargalos que inibem a concorrência com outras categorias de bebida, é continuar a ampliação do consumo através da oferta de produtos diversificados e de maior qualidade.

O Programa do Selo de Pureza, criado pela ABIC em 1989 e que ainda permanece ativo, foi a primeira iniciativa da nossa Entidade para impulsionar o consumo através da melhoria da qualidade. Seu sucesso é reconhecido mundialmente.

Em 2004, a ABIC deu início a segunda iniciativa, que foi a criação e o lançamento do novo PQC - Programa de Qualidade do Café.

Uma das finalidades do Programa é informar a qualidade do café que está sendo vendido, além de permitir que o consumidor identifique o tipo de grão utilizado por cada marca e com isso escolher o sabor que mais agrada.

O PQC consolida-se como elo de confiança entre a indústria e os consumidores e pretende avançar sobre as questões básicas para uma verdadeira oferta de produtos melhores. É baseado na premissa de que a qualidade é a forma principal do consumo de café e que a adesão ao programa significa um comprometimento da empresa com a adoção de padrões de qualidade da matéria-prima, manutenção de sabor ao longo do tempo, além de boas práticas de fabricação. O grande diferencial é a melhoria contínua e a briga pelo melhor produto com um preço mais justo.

Além disso, o PQC é um passo decisivo para reorientar o setor e, conseqüentemente, mudar a percepção do consumidor fazendo com que este abandone a crença de que os cafés são todos iguais. E para mudar esta percepção é condição que este seja constantemente impactado pela informação.

A intenção do Programa é aumentar a sensação de sabor que se tem ao tomar uma xícara de café. A estratégia é simples e objetiva: consumidor satisfeito consome mais. Como, a cultura do cafezinho é muito forte entre os brasileiros, isso faz com que as pessoas se tornem mais suscetíveis às variações do sabor.

## ELABORAÇÃO DE CARDÁPIOS FUNCIONAIS - PERSONAL DIET

Para você ser um profissional PERSONAL DIET há necessidade de se ter em mente que terá que ser um trabalho diferenciado, personalizado em todos os aspectos.

O ponto mais importante que o profissional tem que se preocupar é como o seu cliente fará esse trabalho. Se ele precisar trocar sua rotina, ele não fará e você estará perdendo seu tempo. Você tem que chegar o mais perto possível da realidade, da rotina dele. Esse ponto é crucial para o sucesso do seu trabalho.

Vamos no passo a passo...

1º- fazer uma anamnese bem detalhada e um recordatório para você ter ideia da realidade do seu cliente. Não esqueça de perguntar se há uma estrutura doméstica que viabilize o personal diet.

2º- fazer a antropometria;

3º- elaborar o cardápio funcional;

Muito tem sido falado sobre alimentos funcionais e seus efeitos benéficos para a saúde humana incentivando fortemente o uso de produtos e/ou alimentos que contenham essas propriedades funcionais;

Muitas pesquisas ainda não são conclusivas em muitos pontos, especialmente:

Quanto aos reais efeitos "protetores" preconizados,

Quanto às doses indicadas para que esses efeitos possam ser alcançados,

Quanto aos possíveis efeitos colaterais provenientes do uso prolongado desses produtos.

Alimentos funcionais já aprovados pela ANVISA:

Ácidos graxos essenciais - w-3 e w-6

Fibras alimentares (Plantago ovata e FOS)

Quitosana

Soja (diacilglicerol e isoflavona)

Quando o cardápio - Personal Diet possuir como objetivo principal a redução de gordura corporal, os alimentos funcionais usados de forma isolada não provocam efeitos satisfatórios, mas apresentam efeitos positivos na manutenção e redução do risco de co-morbidades associados à obesidade.

Outro ponto muito importante que não deve, nunca, ser esquecido é o sinergismo dos nutrientes dos alimentos que você irá escolher para colocar no cardápio. É a combinação dos elementos funcionais que darão a função de correção molecular que a Nutrição Funcional preconiza. Quando o profissional nutricionista utiliza-se dessas combinações sinérgicas ele estará potencializando os efeitos benéficos desses elementos através dessa combinação.

Por exemplo:

Elementos sinérgicos da Vitamina C - Bioflavonóides, Cálcio e Magnésio;

Como colocar esse sinergismo no cardápio?

Numa salada - verduras verdes escuras (Mg) com pimentão amarelo (Vit.C), cebola roxa, salsa, cebolinha e limão (Vit.C e bioflavonóides);

Quando elaboramos um cardápio funcional devemos priorizar combinações, como esse do exemplo, só que com todos os elementos funcionais e seus sinérgicos: Vitamina E, Betacaroteno, Bioflavonóides, Selênio e Zinco.

QUALQUER PROCEDIMENTO TERAPÊUTICO DEVE-SE ORIENTAR A UMA ALIMENTAÇÃO ESPECÍFICA, PERSONALIZADA PARA QUE SEJA UMA AUXILIAR E A BASE PARA UM TRATAMENTO DE SUCESSO.

## PROGRAMA MINHA ESCOLHA: UMA INICIATIVA GLOBAL DE MELHORIA DO PERFIL NUTRICIONAL DOS ALIMENTOS

### Objetivo:

Difundir a iniciativa do Programa Minha escolha, bem como seus resultados e potencial para o público presente

Mensagens principais:

- Apanhado sobre o cenário de DCNT no Brasil e Mundo
- Dados de pesquisa da percepção do consumidor em relação a alimentação;
- Tentativas de elucidação da informação nutricional na embalagens/ selos nutricionais;
- Proposta e Objetivos do Programa Minha Escolha;
- Resultados de melhora qualitativa em produto e em dieta já obtidos.

### Conclusão:

Atualmente o Programa Minha Escolha, conta com uma associação sem fins lucrativos, é o único programa aberto dos qual participam diversas empresas, com um único critério nutricional que controla 4 nutrientes-chave, gordura saturada, gordura trans, sódio e açúcar de produtos alimentícios diversos<sup>1</sup>.

Essa iniciativa pode trazer inúmeros benefícios para saúde pública, visto que o consumo de alimentos industrializados é uma crescente e nem sempre estes produtos tem um perfil nutricional de qualidade. O programa tem como objetivo principal auxiliar o consumidor na escolha destes produtos

Com um cenário instalado no Brasil que mostra números alarmantes sobre as condições da saúde da população<sup>2</sup> e o consumo elevadíssimo destes nutrientes<sup>3</sup>, cuja OMS já orienta a redução da ingestão deste de 2003<sup>4</sup>,

Um sistema como este, pode ser uma ferramenta crível de comunicação e educação nutricional para indústria, mas principalmente para o consumidor.

### Referências:

- 1 - Site Minha Escolha [www.programaminhaescolha.com.br](http://www.programaminhaescolha.com.br)
- 2 - ABESO <http://www.combataobesidade.org.br> e Celafiscs - Centro de estudos do Laboratório de Aptidão Física de São Caetano do Sul
- 3- DIET, NUTRITION AND THE PREVENTION OF CHRONIC DISEASES WHO Technical Report Series Report da OMS, 2003
- 4- Consumo de sódio pela população brasileira Sarno F et AL, Rev Saúde Pública 2009;43(2):219-25

## SAÚDE E NUTRIÇÃO NA LATA DE AÇO

### Thaís Fagury - Gerente Executiva ABEAÇO (Associação Brasileira de Embalagem de Aço)

A história da lata de aço se inicia na necessidade do homem em melhor armazenar e conservar alimentos.

Após aprender a cultivar, os homens se depararam com o problema da estocagem de alimentos, pois muitos se deterioravam. Diante desse problema, um francês ofereceu seu processo de engarrafamento e cozimento de alimentos em garrafas de vidro com rolhas de cortiça. Porém, o vidro era muito frágil e a cortiça muito porosa, e as indústrias começaram a usar recipientes de chapas de ferro estanhadas - as primeiras latas a serem produzidas. A comida enlatada foi um sucesso entre os marinheiros e os exércitos, pois preservava 100% os conteúdos, vitaminas e minerais.

As primeiras latas de comida só chegaram às lojas em 1830. Incluíam tomates, ervilhas e sardinhas, porém o consumo ainda era

baixo já que o valor era alto e havia dificuldade de abertura da lata - usava-se martelo e talhadeira.

A guerra civil americana foi fator importante para a expansão da comida enlatada, pois o governo direcionava toda a comida disponível para seus exércitos nos campos de batalha.

O aumento da demanda levou ao aperfeiçoamento dos processos de fabricação das latas, com a invenção das máquinas de impressão gráfica para o corpo das latas, de lavar latas e de transporte entre vários estágios das linhas de processo.

Em 1874, foi inventado o sistema de autoclave, que reduziu consideravelmente o tempo de cozimento dos alimentos.

A lata de aço, em 2010, completou 200 anos de história, evolução e inovação. Hoje, são milhares os números de latas produzidas e consumidas por dia em todo o planeta. Isso porque a lata é a única embalagem que dispensa o uso de qualquer conservante químico e os alimentos são conservados por longos períodos sem perder a qualidade. As latas de conservas possuem este nome por conservar melhor o alimento e dispensar o uso de conservantes químicos, tornando os alimentos envasados em lata muito mais saudáveis do que alimentos envasados em outros tipos de embalagem.

O processo de enlatamento garante a preservação dos nutrientes e do sabor dos alimentos. A lata de aço é impermeável a ação de agentes do meio externo, é resistente e inviolável protegendo a saúde do consumidor.

Pesquisas revelaram que vegetais frescos nem sempre são mais nutritivos do que vegetais embalados em latas de aço. Estudo realizado pela Universidade de Illinois - Departamento de Nutrição Humana - revelou que frutas e vegetais enlatados na maioria das vezes contêm mais fibras e vitaminas do que seus correspondentes frescos.

## SUSTENTABILIDADE EM PRODUÇÃO DE REFEIÇÕES

### Prof. Dra. Marcela Boro Veiros

Com o crescente número de refeições realizadas fora de casa, cresce a demanda por Unidades Produtoras de Refeições (UPR). Com o aumento do número de UPR, cresce concomitantemente a utilização de produtos químicos não biodegradáveis, a emissão de gases poluentes e resíduos, inadequadas práticas de reciclagem, entre outros procedimentos que comprometem e aumentam o impacto ambiental e até mesmo, social. A conscientização do gestor dessas unidades é fundamental para que tais estabelecimentos possam se adequar aos princípios de sustentabilidade, tão necessários e discutidos atualmente. A noção de sustentabilidade é baseada no desenvolvimento que satisfaz as necessidades do presente sem comprometer a capacidade das futuras gerações satisfazerem as suas próprias necessidades. A reflexão sobre a sustentabilidade a ser apresentada é baseada em um tripé que envolve aspectos ambientais, sociais e econômicos e suas inter-relações, socioambiental, ecoeconomia e socioeconomia. Ações como redução do consumo de água e energia, seleção adequada de equipamentos, tratamento dos resíduos sólidos e reciclagem de materiais são apenas alguns deles. Outros, tão importantes quanto, seriam a aquisição de alimentos de produtores locais, utilização de produtos orgânicos e sazonais, além da oferta de uma alimentação saudável, que possa promover saúde a clientes e operadores. Quesitos como fortalecimento da economia local, condições de trabalho dos funcionários e direito humano à alimentação adequada, também são enquadrados em sustentabilidade em produção de refeições, embora tais aspectos sejam menos discutidos em tais ações. Desta forma, a conscientização e formação do gestor nesta temática é importante para que ações de sustentabilidade possam ser planejadas e

executadas de maneira mais abrangente, de forma compatível com a realidade de cada UPR e com a responsabilidade profissional e social do gestor.

## TENDÊNCIAS E INOVAÇÕES PARA A ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

### Prof. Dr. Raul Amaral

O termo saudável tem assumido grande importância no setor de alimentação, devido a fatores tais como o envelhecimento da população, as descobertas científicas que vinculam determinadas dietas às doenças, o aumento da renda, globalização e melhoria do nível educacional dos consumidores, entre outros. Como consequência, é possível identificar tendências de consumo que procuram ser atendidas pelas indústrias com uma ampla variedade de novos produtos, com alterações no padrão da oferta de produtos no varejo e alterações nos cardápios dos serviços de alimentação. Por outro lado, por ser um assunto de interesse público, percebe-se a proliferação de programas, normas, leis e serviços com o propósito de promover hábitos alimentares mais saudáveis, inibir o consumo de determinados alimentos e ingredientes, ou estabelecer regras para os produtos alimentícios comercializados no mercado.

Quanto ao comportamento do consumidor, podem ser destacadas diferentes tendências e inovações relacionadas à saudabilidade e ao bem-estar. A busca de uma alimentação mais saudável estimula a proliferação de novos produtos naturais, orgânicos, com isenção ou redução de sal, açúcar e gorduras, produtos minimamente processados de produtos com ingredientes reconhecidamente saudáveis tais como frutas e cereais. Associada à essa tendência, o maior interesse pelo valor nutritivo dos alimentos também propicia o lançamento de produtos com adição de ingredientes naturalmente nutritivos, além de ampliar o mercado para os produtos fortificados e para os suplementos alimentares.

Outra forte tendência é a crescente preocupação dos consumidores com a balança, o que aumenta o desejo de controlar a alimentação para redução ou manutenção do peso. Isso deverá manter o crescimento do mercado de produtos diet & light, além de favorecer o desenvolvimento de novas categorias de produtos funcionais, com ingredientes para controle do apetite e para a queima de calorias.

O maior interesse dos consumidores por alimentos com benefícios específicos para a saúde, tem sido responsável pela multiplicação da oferta de diversos tipos de produtos funcionais que, de acordo com os fabricantes, possuem a capacidade de contribuir positivamente para a saúde cardiovascular, gastrointestinal, dos olhos, do cérebro, para redução de colesterol, fortalecimento do sistema imunológico, prevenção de osteoporose, prevenção de artrite, diminuição de hipertensão etc. Gera também a maior oferta de produtos funcionais com promessas de benefícios para o bem-estar, por exemplo, para o desempenho físico, redução de estresse, melhorado estado de ânimo, diminuição da fadiga, aumento da vitalidade, melhora do equilíbrio interior, produtos com propriedades cosméticas, entre outros.

Em meio à diversidade e variedade de produtos ofertados, os consumidores demonstram ter a necessidade de obter informações mais precisas e confiáveis sobre os reais benefícios proporcionados pelos alimentos. Diante disso, surgem iniciativas para auxiliar a escolha dos produtos alimentícios, como a criação de selos indicativos nas rotulagens, fornecimento de informações por meio da internet, ou mesmo a contratação de nutricionistas pelos grandes varejistas, para oferecer orientação aos clientes no momento das compras.



## 11º Congresso Internacional de Nutrição, Longevidade & Qualidade de Vida

### trabalhos científicos

#### A ATIVIDADE ESPORTIVA COMO MEDIDA DE PREVENÇÃO E TRATAMENTO DA SÍNDROME METABÓLICA: UM EMBASAMENTO TEÓRICO PARA O PROFISSIONAL DE NUTRIÇÃO

Nutrição Esportiva

Autor apresentador: Moraes, J. Sousa, L. Nunes, P. Curso de Nutrição da Universidade Federal do Maranhão.

De acordo com a Sociedade Brasileira de Cardiologia (2005), a síndrome metabólica é um transtorno complexo representado por um conjunto de fatores de risco cardiovascular como hipertensão arterial, usualmente relacionados à deposição central de gordura, dislipidemia, obesidade e à resistência à insulina, podendo esta atingir níveis de diabetes tipo 2. **Objetivo:** Devido aos acometimentos crescentes da síndrome metabólica objetiva-se expor dados que condizem com os benefícios que a prática esportiva exerce na prevenção e tratamento de portadores desse problema de saúde pública. Corroborando assim, a importância deste conhecimento para profissionais nutricionistas. **Metodologia:** A elaboração do presente estudo se deu através de revisão de artigos, monografias e teses publicados no banco de dados Scielo, onde para busca dos mesmos se empregou os unitermos: síndrome metabólica, atividade física e síndrome metabólica, tratamento e prevenção da síndrome metabólica. Foram utilizadas publicações compreendidas entre 2005 e 2010. **Resultados:** Estudos epidemiológicos têm demonstrado que a inatividade física está fortemente atrelada aos fatores de risco da síndrome metabólica. Sua prevalência é relativamente alta com o incremento da idade e vale ressaltar que um dos motivos é devido à tendência de ocorrer um declínio na realização de atividade esportiva com o aumento da idade. Por isso, a recomendação fundamental para portadores da síndrome metabólica é a modificação no estilo de vida, que visa primordialmente à redução do peso, através de uma dieta equilibrada e a realização de atividade esportiva. Não obstante ao tratamento, a atividade esportiva é de igual forma recomendada como um fator preventivo da síndrome metabólica. Seus benefícios estão sendo tão amplamente descobertos que tem surgido o conceito de estilo de vida fisicamente ativo. Embora haja gastos energéticos diferentes entre a atividade física e o exercício físico, o importante é que o indivíduo deixe o estado de sedentarismo e inicie alguma prática física com adesão continuada de pelo menos 30 minutos na maioria dos dias de semana. Ou, inclua mudanças diárias como, por exemplo, subir escadas e tornar atividades de lazer mais ativas. Devido ao risco relativo de um evento cardiovascular ou uma lesão musculoesquelética ser maior que em atividades habituais, antes de se começar qualquer atividade é necessário que o indivíduo passe por uma avaliação clínica. Para

que através desta o mesmo saiba a modalidade e intensidade mais adequada às suas necessidades. Os benefícios que a atividade física possui sobre a síndrome metabólica compreendem a diminuição do nível plasmático de triglicérides, aumenta HDL-C, diminui pressão arterial e melhora diretamente a sensibilidade à insulina. Dessa forma diminui a glicemia, podendo prevenir e retardar o aparecimento de diabetes tipo 2. **Conclusão:** Várias pesquisas relevantes têm demonstrado a importância da atividade esportiva sobre os componentes da síndrome metabólica. Por isso, é mister aos nutricionistas possuir embasamento sobre os efeitos positivos da atividade esportiva, para que possam instruir seus pacientes a procurarem um educador físico, cientes do valor dessa instrução

#### A CONCEPÇÃO DE PRÁTICAS ALIMENTARES SAUDÁVEIS PARA UMA COMUNIDADE RIBEIRINHA NO MÉDIO SOLIMÕES, AMAZONAS

Nutrição e Saúde Pública

1. LIRA, K. S. NESC-SOL/IBS/UFAM/COARI/AMAZONAS
2. SOUZA, C. S. M. NESC-SOL/FM/UFAM/MANAUAS/AMAZONAS
3. TAVARES, B. M. NESC-SOL/ISB/UFAM/COARI/AMAZONAS
4. ROSA, R. D. HUGV/UFAM/MANAUAS/AMAZONAS

**Objetivo:** Problemas de saúde cujas raízes estão na alimentação inadequada, tais como a desnutrição e obesidade merecem menção especial, principalmente quando tal ocorrência faz-se presente em uma população ribeirinha, distante fisicamente de assistência a saúde, desta forma, o presente trabalho teve como objetivo, investigar a concepção do ribeirinho sobre o conceito de alimentação saudável.

**Métodos:** Utilizou-se do estudo transversal de metodologia qualitativa onde foram entrevistados 21 moradores de uma comunidade ribeirinha denominada Vila Lira, localizada a 9 Km do município de Coari, Médio Solimões, no Amazonas. Para aquisição dos dados utilizou-se de um roteiro de entrevista composto inicialmente por seis questões referentes aos conceitos e abordagens de uma alimentação saudável. O material foi examinado com uma leitura exaustiva dos transcritos (entrevistas gravadas, com autorização dos participantes), confecção da categorização das falas e análise crítica do material. **Resultados:** Referente ao conceito de alimentação saudável houve um consenso por parte dos ribeirinhos, no sentido de que se alimentar de forma saudável é apenas ter alimentos sobre a mesa, que possam alimentá-los e alimentar seus filhos, deixando de lado os aspectos nutritivos dos alimentos. Houve reincidência nas falas ribeirinhas, ao afirmar que sua alimentação não é considerada saudável porque o consumo

alimentar em suas residências é provido de alimentos naturais da região, no entanto, nem sempre é oriundo de produtos naturais, ou seja, há preparos de frituras, com gorduras industrializadas, além do consumo de biscoitos, doces e refrigerantes comumente vendidos nessas comunidades. Os participantes também afirmam que é possível ter uma alimentação saudável nas comunidades, rica em frutas, verduras e legumes, mas que falta o incentivo para a produção agrícola no município, apesar do desemprego na comunidade. **Conclusão:** Na alimentação desses ribeirinhos, não prevalecem alimentos naturais. Existe consumo de alimentos industrializados, ricos em gorduras trans, saturadas e carboidratos simples que estão diretamente ligados ao desenvolvimento de obesidade, síndrome metabólica e complicações trazidas por essas. Somado ao desconhecimento de alimentação saudável, detectada neste estudo, a falta de incentivos ao consumo adequado de alimentos, deixam claro que são necessárias modificações na assistência pública à saúde, assim como esforços para estabelecimento de programas educacionais que favoreçam a adoção de um modo mais saudável à vida, minimizando as conseqüências futuras.

#### A IMPORTÂNCIA DE QUINOA (*Chenopodium quinoa*) PARA O APORTE PROTÉICO DE ATLETAS VEGETARIANOS

Nutrição Esportiva

Autor apresentador: Moraes, J.<sup>1</sup> Sousa, L.<sup>1</sup> Nunes, P.<sup>1</sup> Amorim, A.<sup>2</sup>  
1- Curso de Nutrição da Universidade Federal do Maranhão, 2- Doutora em Ciência dos Alimentos e Professora Adjunta da Universidade Federal do Maranhão. São Luís, Brasil.

**Objetivo:** O presente estudo propõe relatar dados relativos à qualidade nutricional da quinoa, no que se refere principalmente à sua utilização para dietas de atletas vegetarianos. Bem como, levantar informações concernentes à importância das proteínas para estes atletas. **Metodologia:** Para tal, realizou-se uma revisão de artigos, monografias e teses publicados no banco de dados Scielo, usando para suas buscas os unitermos quinoa, proteínas para atletas e qualidade nutricional de quinoa. Foi dada prioridade a publicações divulgadas a partir de 2008. **Resultados:** As proteínas são de grande importância para a alimentação humana, pois participam de inúmeras atividades no organismo. Para atletas elas possuem um valor ainda mais destacado, pois participam do reparo e crescimento muscular, do sucesso do processo de hipertrofia muscular, do metabolismo energético e são fonte de energia em exercícios extensos. Por isso, são recomendadas em quantidades superiores se comparadas às recomendações de pessoas menos ativas. E geram atenção redobrada em atletas vegetarianos, que estão mais expostos a dietas com proteínas de baixo valor biológico. Nesse contexto surge a quinoa que é um componente potencial na alimentação humana, devido a sua alta qualidade nutricional, preço promissor e capacidades de desenvolvimento. Ela é considerada um vegetal completo, pois além de importantes quantidades de fibras, minerais e vitaminas ela apresenta alto teor de proteínas com valor biológico semelhante aos de proteínas animal. Sua constituição protéica possui todos os aminoácidos essenciais e supri todos estes elementos em quantidades superiores às requeridas pelo organismo. Cada 100 g de quinoa em grãos possuem em torno de 14g de proteínas. Além disso, a digestibilidade da sua proteína é de 98%. Nenhum outro vegetal, principalmente quando analisado na sua forma integral, possui digestibilidade maior que 90%. Logo, a quinoa apresenta uma elevada digestibilidade que se aproxima muito dos

alimentos de origem animal. Algumas pesquisas apontam que a quinoa possui alguns elementos antinutricionais que inclusive diminuem o valor biológico das proteínas, fenômeno este que pode ser reduzido lavando o grão com água quente antes de seu preparo culinário. Constatou-se que valor protéico da quinoa estimula a produção de enzimas e hormônios, ajuda na recuperação de fibras musculares e são responsáveis pelo rendimento e elasticidades das mesmas. **Conclusão:** Dessa forma, nota-se a grande relevância que a quinoa apresenta para dietas de atletas vegetarianos que podem encontrar neste grão um aporte completo de proteína tão necessário para êxito na atividade exercida e, sobretudo sobre a qualidade de vida.

#### A INFLUÊNCIA DA INTERVENÇÃO DIETÉTICA NA MUDANÇA DE COMPORTAMENTO ALIMENTAR DE HIPERTENSOS FREQUENTADORES DE UMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE NO MUNICÍPIO DE SÃO LUÍS-MA

Nutrição e Saúde Pública

Saúde Publica - Tema livre

Maciel, E. M<sup>1</sup>. Lima, A. A<sup>1</sup>. Mendes, L. S<sup>1</sup>. Moreira, P. R<sup>1</sup>. Pires, B. R. F<sup>1</sup>. Lima, S. T. M<sup>2</sup>.

Estudantes de graduação do curso de nutrição da UFMA<sup>1</sup>

Coordenadora do curso de nutrição da UFMA<sup>2</sup>

Universidade Federal do Maranhão – UFMA / São Luís – Brasil

Apresentadora: Emilene Maciel e Maciel

**OBJETIVO:** Analisar a influência da orientação dietética sobre a mudança de comportamento alimentar e qualidade de vida em pacientes portadores de hipertensão arterial residentes no bairro Cohab-Anil, frequentadores da Unidade Básica de Saúde local, no município de São Luís – MA. **METODOLOGIA:** Estudo descritivo e prospectivo, com amostra coletada no mês de fevereiro de 2010, na Unidade Básica de Saúde do bairro Cohab-Anil no município de São Luís do Maranhão. Os critérios para admissão na pesquisa foram idade, entre 20 a 59 anos e acima de 60, e cadastramento no programa Hipertensão, do Ministério da Saúde. Crianças, adolescentes, gestantes e portadores de outras doenças crônicas foram excluídos. Aplicou-se um primeiro registro alimentar de três dias e um questionário de frequência do consumo alimentar fundamentado na dieta DASH, a fim de averiguar a saúde do hipertenso. As porções ingeridas foram avaliadas com base na Pirâmide Alimentar Brasileira. Em seguida, houve orientação dietética pela nutricionista a fim de sensibilizar mudanças no comportamento alimentar. Foi empregado um segundo registro alimentar de 3 dias para ratificar o efeito dessa orientação. **RESULTADOS:** Analisou-se as porções de legumes, hortaliças, frutas, açúcares e gorduras no primeiro momento do registro alimentar de indivíduos hipertensos, de acordo com a norma padrão da Pirâmide Alimentar e a dieta DASH. Baseado nas porções da Pirâmide Alimentar, registrou-se o consumo 48% de legumes, 4% hortaliças, 78% frutas, 8% açúcares e 16% gorduras. Após a intervenção dietética proposta pela nutricionista, o 2º registro alimentar apresentou 32% de legumes, 2% hortaliças, 54% frutas, 14% açúcares e 10% gorduras na dieta. **CONCLUSÃO:** O consumo de alguns alimentos característicos da dieta DASH e das porções relativas à Pirâmide Alimentar não obteve um resultado expressivo, apesar da intervenção nutricional. Justifica-se esse fato pela dificuldade em estimular mudanças no comportamento alimentar, principalmente nos indivíduos com hábitos alimentares inadequados já formados. Pode-se atribuir esses achados a uma abordagem inapropriada, não levando em consideração os aspectos

socioeconômicos e se a linguagem utilizada para incitar adesão à dieta foi compreendida pela população em estudo.

### A INFLUÊNCIA DA MÍDIA NAS ESCOLHAS ALIMENTARES DE ADOLESCENTES URBANOS

Nutrição e Saúde Pública

SOUZA, C. M. D.; CAPELLI, J. C. S.; PONTES, J. S.; ALMEIDA, M. F. L.; SIQUEIRA, P. R. A.

Faculdade Arthur Sá Earp Neto

Petrópolis, Brasil

Autor apresentador: Carolina Montes Durões de Souza. (SOUZA, C. M. D.)

A adolescência é um dos períodos mais desafiadores no desenvolvimento humano, onde ocorre a maturação do corpo e alterações psicossociais. A mídia, através de notícias e informações, muitas vezes sem comprovação científica, pode colocar em risco a saúde dos adolescentes, bem como a de outros grupos populacionais. Objetivou-se analisar o padrão alimentar e a imagem corporal propostos ao adolescente por uma revista de grande circulação nacional. O presente estudo é do tipo descritivo, de corte transversal. Realizou-se uma leitura analítica das 26 edições anuais, que tem como foco o adolescente, utilizando-se um formulário próprio contendo variáveis selecionadas para o estudo. Realizou-se o diagnóstico nutricional através da análise comparativa entre a imagem corporal das fotografias dos adolescentes impressas na revista e a “Escala de Desenhos de Silhuetas da Figura Humana” proposta por Stunkard *et al* (1983). Os dados foram digitados, consolidados e analisados utilizando-se o programa *Excel for Windows 2007*. Dos 26 exemplares analisados, verificou-se que 70% das edições tinham de 1 a 3 propagandas de refrigerantes, cerca de 40% de alimentos do tipo *fast food*, 30% de chicletes e, aproximadamente 20% de achocolatados, leite e seus derivados e 10% de bebidas alcoólicas. Em relação às propostas alimentares, detectou-se, no período de 12 meses, cerca de 23%, 20%, 15% das revistas tinham de 1 a 3 informações sobre dietas, sugestões de refeições e informações sobre anorexia e bulimia, respectivamente. Detectou-se também que 3,5% das revistas tinham de 4 a 6 propostas para modificar os hábitos alimentares. Dentre os profissionais consultados, verificou-se que 45% das edições publicadas tinham o nutricionista e cerca de 5% de médicos como consultor em alimentação e nutrição. Detectou-se que 30,8% das imagens analisadas dos adolescentes veiculadas na revista apresentam magreza e 19,2% sobrepeso. Conclui-se que a revista estudada veicula alimentos ricos em açúcar, gordura e sal, não incentivando hábitos alimentares saudáveis, apesar de ter o profissional de nutrição como consultor no tema. É preocupante o incentivo à magreza, uma vez que ela pode refletir no comportamento alimentar inadequado do adolescente.

### A INSERÇÃO DA NUTRIÇÃO NA ATENÇÃO BÁSICA ATRAVÉS DO NASF NA CIDADE DE CATAGUASES-MG

Nutrição e Saúde Pública

ANDRADE, M.L.M. – Prefeitura Municipal de Cataguases-CATAGUASES-MG. (Apresentador)

O Sistema Único de Saúde (SUS) no Brasil, nos últimos anos, vem

mostrando significativos avanços desde sua criação pela constituição de 1988. Entre eles está à ampliação do número de equipes de Saúde da Família, com cobertura crescente da população brasileira e melhoria na assistência e de seus mecanismos gestores. A Estratégia de Saúde da Família (ESF) como componente estruturante do sistema de saúde brasileiro tem provocado um importante movimento com o intuito de reordenar o modelo de atenção no SUS. O principal propósito da ESF é reorganizar a prática da atenção à saúde em novas bases e substituir o modelo tradicional, levando a saúde para mais perto das famílias e, com isso, melhorar a qualidade de vida da população. O ministério da saúde criou o Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF), mediante a Portaria GM nº154, de 24 de Janeiro de 2008, republicada em 4 de março de 2008, com o objetivo de apoiar, ampliar, aperfeiçoar a atenção e a gestão da saúde na Atenção Básica/Saúde da família visando a promoção, prevenção, reabilitação da saúde e cura, além de humanização de serviços, educação permanente, promoção da integridade e da organização territorial dos serviços de saúde. O NASF deve ser constituído por uma equipe multidisciplinar a escolha do gestor. (BRASIL, 2010). O município de Cataguases teve a implantação de dois NASF em Dezembro de 2009 com a finalidade de dar uma atenção melhor às unidades de saúde existentes, entre os profissionais selecionados esta a presença do nutricionista visando que a transição nutricional no Brasil é marcada pela dupla carga de doenças, com a coexistência de doenças infecciosas e transmissíveis, desnutrição e deficiências nutricionais específicas e de DCNT relacionadas à alimentação, tais como obesidade, hipertensão, doenças cardiovasculares, diabetes e alguns tipos de câncer, e tem sido documentada em todas as faixas de renda da população, em particular entre famílias de menor poder socioeconômico. A transição nutricional no País chama atenção, entretanto, para um intrigante paradoxo: a concomitância da anemia por deficiência de ferro e da obesidade nos mesmos cenários e grupos populacionais, sinal da manutenção de um modelo de transição nutricional no qual ainda perdura a sobreposição do padrão, do atraso e da modernidade. (BRASIL, 2010). O nutricionista desenvolve suas ações com a equipe de SF o atendimento individual é realizado de acordo com a demanda de cada unidade de saúde, porém a meta é que se crie uma agenda onde os atendimentos possam ser realizados de forma coletiva por meio do apoio matricial. OBJETIVO: Evidenciar a importância e urgência de se trabalhar alimentação e nutrição na atenção básica. METODOLOGIA: Realização de reuniões com diferentes grupos populacionais portadores de agravos tais como desnutrição, obesidade, risco nutricional, diabetes, hipertensão entre outros para que possamos desenvolver cuidados nutricionais relativos a cada um deles; acompanhamento das condicionalidades de saúde do Programa Bolsa-Família e ajuda na realização da vigilância alimentar e nutricional (Sisvan) com a finalidade de monitorar o estado alimentar e nutricional da população para identificação de risco nutricional precoce e pronto atendimento. RESULTADOS: Apesar de o trabalho ter iniciado há pouco tempo o retorno está sendo imediato e os usuários estão a cada dia sentindo a necessidade do cuidado em relação à alimentação e nutrição bem como a sua qualidade de vida. E esta conscientização está se estendendo através de sua saúde física quando ao realizarem exames laboratoriais constatam que conseguiram normalizar seus níveis de colesterol, triglicerídeos e glicose. A população se mostra tão consciente que já estão solicitando a realização de oficinas de alimentação alternativa para que possam melhorar ainda sua qualidade de vida. CONCLUSÃO: Trabalhar questões envolvendo alimentação e nutrição é bem desafiador uma vez que o objetivo é abordar o sujeito de forma holística sendo assim deve-se pensar

educação nutricional estabelecendo um diálogo com o educando evitando fazer com que esta se torne apenas um processo de obedecer à dieta e como bem nos coloca Santos, 2005 “ao contrario deve ser um processo de conscientização do individuo da importância da alimentação, realizado de forma libertadora. Para que tal processo se estabeleça há a necessidade do educador possuir conhecimentos não somente acerca da dietética como também da filosofia da educação e da pedagogia”. Trabalhar de forma diferenciada nas ESF tendo contato direto com as comunidades possibilita a busca de soluções visando a melhoria da qualidade de vida da população.

### **A PREVALENCIA DE SOBREPESO E OBESIDADE EM PACIENTES ATENDIDOS EM UMA UNIDADE DO PROGRAMA DE SAUDE DA FAMILIA NA CIDADE DE CATAGUASES-MG**

Nutrição e Saúde Pública

ANDRADE, M.L.M. – Prefeitura Municipal de Cataguases-CATAGUASES-MG. (Apresentador)

Em função da magnitude da obesidade e da velocidade da sua evolução em vários países do mundo, este agravo tem sido definido como uma pandemia, atingindo tanto países desenvolvidos como em desenvolvimento, entre eles o Brasil (SWINBURN ET al., 1999; INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA, 2004). As mudanças no perfil epidemiológico, com o aumento da prevalência de doenças crônicas e degenerativas, impuseram uma reorientação analítica no campo da saúde, ressurgindo as correlações causais entre condições de trabalho, condições de moradia, alimentação, atividade física e outros aspectos ligados à vida urbana/rural e o perfil de saúde e doença de grupos populacionais (MENDONÇA, 2005; CHOR, 1999; GARCIA, 1997; MONDINI; MONTEIRO, 2000). Sendo assim, a obesidade traz aos profissionais desafios para o entendimento de sua determinação, acompanhamento e apoio à população, nas diferentes fases do curso de vida. A obesidade é um dos fatores de risco mais importantes para outras doenças não transmissíveis, com destaque especial para as cardiovasculares e diabetes. Muitos estudos demonstram que obesos morrem relativamente mais de doenças do aparelho circulatório, principalmente de acidente vascular-cerebral e infarto agudo do miocárdio, que indivíduos com peso adequado (FEDERACIÓN LATINOAMERICANA DE SOCIEDADES OBESIDAD, 1998; FRANCISCHI, 2000). O excesso de peso está claramente associado com o aumento da morbidade e mortalidade e este risco aumenta progressivamente de acordo com o ganho de peso. Observou-se que o diabetes mellitus e a hipertensão ocorrem 2,9 vezes mais freqüentemente em indivíduos obesos do que naqueles com peso adequado e, embora não haja uma associação absolutamente definida entre a obesidade e as doenças cardiovasculares, alguns autores consideram que um indivíduo obeso tem 1,5 vezes mais propensão a apresentar níveis sanguíneos elevados de triglicerídeos e colesterol (WAITZBERG, 2000). Embora indivíduos com excesso de peso possam apresentar níveis de colesterol mais elevados do que os eutróficos, a principal dislipidemia associada ao sobrepeso e a obesidade é caracterizada por elevações leves a moderadas dos triglicerídeos e diminuição do HDL colesterol (DUARTE, 2005). Pensando nestes agravantes o presente estudo teve como principal objetivo verificar o perfil antropométrico de pacientes adultos atendidos no Centro de Saúde Dr. José Queiroz Pereira na cidade de Cataguases-Mg a fim de determinar ações necessárias para

uma qualidade de vida saudável de seus pacientes. A amostra se constituiu de 97 indivíduos, de ambos os sexos, no período de Dezembro/2009 à Julho/2010. Foram avaliadas quantitativamente através da variável do IMC (Índice de Massa Corporal) de acordo com a classificação da OMS de 1998 e a coleta de dados foi feita através de revisão dos prontuários da população referida. Do total de prontuários avaliados 23 foram do sexo masculino e 74 do sexo feminino. Os resultados mostraram que em sua maioria os pacientes apresentam o IMC acima dos padrões: 13,40% com pré-obesidade, 25,78% com obesidade grau I, 17,52% com obesidade grau II e 11,34% com obesidade grau III. Do total avaliado apenas 28,87% estão eutróficos, 2,03% com magreza grau I e 1,03% com magreza grau II. Com estes resultados concluímos então que nesta unidade de atenção básica os pacientes que são atendidos pelo serviço de nutrição através do Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF) são classificados em sua maioria como obesos e ou com sobrepeso o que vem confirmar alguns estudos que apontam para a evolução deste agravo comprovando a urgência e necessidade de promover a Educação Nutricional na população como um todo visando não só uma melhor qualidade de vida como também uma promoção a saúde para prevenção de possíveis doenças crônicas degenerativas em todas as fases da vida.

### **A RELAÇÃO ENTRE O SOBREPESO E ALTERAÇÃO BIOQUÍMICA SANGUÍNEA EM ESCOLARES ENTRE 9-16 ANOS**

Nutrição e Saúde Pública

FABER, M.A.; YUYAMA, L.K.O.  
INSTITUTO NACIONAL DE PESQUISAS DA AMAZÔNIA  
MANAUS-AM-BRASIL  
FABER, M. A.

O presente estudo relaciona alterações hematológicas ao sobrepeso e à obesidade em escolares entre 9 e 16 anos. Confrontou-se o IMC às variáveis sanguíneas Triglicerídeos (TG), Colesterol Total (CT), Lipoproteína de Alta Densidade (HDL), Glicemia (G) e Frutamina (Fr) em 78 escolares, sendo 33 alunos da escola particular, estágio de vida entre 13 e 16 anos e 45 da escola pública, entre 9 e 16 anos. Na escola pública avaliou-se ainda a somatória de duas dobras cutâneas. A média para o IMC na escola particular foi 29,8. Na escola pública, entre escolares de 13 e 16 anos e entre 10 e 13 anos foi 27,92 e 25,25 respectivamente. A média da somatória das dobras cutâneas foi de 59,64mm para os menores de 13 anos e de 73,23mm para os maiores. Na escola particular, a análise da correlação entre o peso e o percentual de gordura foi de  $r = 0,87$  (forte) e média para o CT e TR ( $r = 0,30$ ;  $r = 0,11$ ), e fraca para o HDL  $r = 0,01$ . Na escola pública a correlação entre o peso corporal e o percentual de gordura ( $r = -0,10$ ) e entre o peso e HDL ( $r = -0,04$ ) mostram correlação fraca, porém negativa entre essas variáveis. Já a correlação entre o peso e CT mostrou ( $r = 0,02$ ) para o peso e TG ( $r = 0,15$ ) a correlação é fraca, mas positiva entre essas variáveis. As alterações lipídicas encontradas permitem relacioná-las ao sobrepeso encontrado na amostra estudada.

### **AÇÕES EDUCATIVAS SOBRE PARA UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NO ENSINO INFANTIL EM ESCOLARES DO MUNICÍPIO DE PERUIBE/SP**

Nutrição e Saúde Pública

SARAN Tatiana; SANTOS Ivanir E L A; ALTENBURG Helena - Faculdades Integradas do Vale do Ribeira-União das Instituições de Serviços, Ensino e Pesquisa – UNISEPE – Registro, São Paulo, Brasil, autor apresentador: Tatiana Saran.

**Objetivo:** Aplicar ações educativas para uma alimentação saudável por meio das recomendações da Pirâmide Alimentar junto a crianças de 7 a 10 anos de uma unidade da Rede Pública Municipal do Município de Peruíbe/SP. **Métodos:** Visando modificações e melhorias dos hábitos alimentares dos alunos as ações educativas de conscientização do tema também foram aplicadas aos educadores. Foram desenvolvidas atividades estruturadas em três salas de aula, o que representa 42% (n=103) dos alunos da unidade escolar, entre 7 e 8 anos. Inicialmente foi realizada uma avaliação diagnóstica para caracterizar o público alvo, onde foi solicitado para cada criança que selecionasse os alimentos mais consumidos em seu café da manhã. Posteriormente, foi apresentado a Pirâmide Alimentar para as crianças participantes com destaque para os grupos de alimentos e suas respectivas porções. Ao final foi aplicada uma avaliação somativa para obter o grau da eficiência da atividade proposta. Para conscientizar os educadores sobre a importância de ações educativas em nutrição, foram expostas as avaliações antes e após a realização da atividade com seus alunos e seqüencialmente uma palestra sobre os possíveis malefícios de uma alimentação inadequada para o desenvolvimento do escolar. **Resultados:** A avaliação diagnóstica mostrou que 44% (n=43) não consumiam nenhum alimento no café da manhã, 60% (n=58) não consumiam produtos lácteos e apenas 2% (n=2) consumiam algum tipo de fruta. Após a apresentação da Pirâmide Alimentar e exemplos de escolhas para uma alimentação saudável com todos os nutrientes necessários, as escolhas alimentares para um café da manhã foram modificadas. A avaliação Somativa demonstrou que 90% (n=87) melhoraram a seleção dos alimentos para o café da manhã após a atividade educacional. Após apresentação dos dados adquiridos com a atividade para os educadores os mesmos apreciaram a iniciativa e identificaram seus benefícios. **Conclusão:** Os resultados indicam que a escola pode conscientizar e formar hábitos alimentares saudáveis aos seus alunos. Nesse sentido, é fundamental que a escola exerça desde cedo este papel de orientadora para a aquisição e manutenção de tais práticas, já que a mesma exerce grande influência sobre as crianças, contribuindo para a formação de seus valores e representando um lugar ideal ao desenvolvimento de programas de educação nutricional.

#### AFINIDADE ENTRE O PERFIL LIPÍDICO E OS FATORES DE RISCO PARA DOENÇAS CARDIOVASCULARES EM ESCOLARES ENTRE 10 E 16 ANOS

Nutrição e Saúde Pública

FABER, M.A.; YUYAMA, L.K.O.  
INSTITUTO NACIONAL DE PESQUISAS DA AMAZÔNIA  
MANAUS-AM-BRASIL  
FABER, M. A.

Alterações lipídicas, elevados níveis de triglicerídeos e baixos níveis de HDL-colesterol observados em estudos epidemiológicos demonstram que as dislipidemias estão associadas às doenças cardiovasculares, representando a principal causa de mortalidade entre adultos. O presente estudo analisa o perfil lipídico, o estilo de vida e sua relação com fatores de risco para doenças

cardiovasculares (DCV) em escolares entre 10 e 16 anos. Avaliaram-se 78 escolares, independente do sexo, com idade entre 10 e 16 anos, sendo 45 alunos da escola pública com perfil sócio-econômico médio-baixo e 33 da escola particular com perfil sócio-econômico médio-alto, todos praticantes de atividades físicas escolares regulares. Os escolares responderam ao Questionário Internacional de Atividades Físicas para adolescentes (CELAFISCS, 2005) e foram submetidos à análise do perfil lipídico, incluindo níveis séricos de colesterol total (CT), fração de colesterol das lipoproteínas de alta densidade (HDLc), triglicérides (TG), após prévia autorização assinada por seus responsáveis. Aplicou-se análise estatística descritiva, incluindo o qui-quadrado, intervalo de confiança, admitindo-se nível de significância para valor  $p < 0,05$ . Encontrou-se (TG) 136,39±47,73 e (CT) 201,06±39,8 na escola particular e (TG) 111,71±43,79 e (CT) 179,76±30,79 na escola pública. Há hipercolesterolemia grave associada à trigliceridemia moderada na escola particular e hipercolesterolemia leve e trigliceridemia normal na escola pública, indicando fatores de risco para as doenças cardiovasculares.

#### ALERGIAS ALIMENTARES: POR QUE AS CRIANÇAS MENORES DE DOIS ANOS SÃO MAIS SUSCEPTÍVEIS?

Nutrição Clínica

Beluqui, B.T.C.C.; Reis, R.S.G.; Luiz, V.F.C. – Centro Universitario Monte Serrat (UNIMONTE) – Santos/SP – Brasil.  
Autor apresentador: Reis, R.S.G.

**Objetivo:** Analisar a ocorrência e o desenvolvimento da alergia alimentar em crianças menores de dois anos, **identificando as principais manifestações clínicas, os alimentos mais frequentemente envolvidos e quais são os efeitos nocivos causados pela introdução precoce do leite de vaca.** **Metodologia:** Pesquisa de revisão bibliográfica. Os dados foram coletados em livros, revistas especializadas e artigos indexados para o embasamento e desenvolvimento do trabalho. A pesquisa foi realizada na base de dados Lilacs, Pubmed e Scielo entre o período de 1998 a 2010 e foram utilizadas as seguintes palavras-chaves: alergia, alergia alimentar, alergia em crianças, alergia e alimentos, hipersensibilidade alimentar, proteínas de leite de vaca, reações adversas e lactentes. **Resultados:** De acordo com as pesquisas bibliográficas realizadas pode-se dizer que é bastante comum a alergia alimentar nos primeiros meses de vida, por existir uma introdução precoce de certos alimentos, tais como peixes e frutos do mar, amendoim, frutas, legumes, trigo, soja, ovos e o leite de vaca, ocasionados pela exclusão do aleitamento materno antes dos seis meses de vida, o que pode levar a sérios problemas nutricionais para a criança. Além disso, as crianças que apresentam a maior probabilidade de ter alergia são aquelas que já têm em seu histórico familiar casos semelhantes, sendo que a alergia alimentar é mais comum em crianças do que em adultos. **Conclusão:** A ocorrência de alergia alimentar em crianças menores de dois anos, muitas vezes se associa à inclusão precoce de certos alimentos, os mais freqüentes são leite de vaca, ovos, peixes, frutas e legumes, e ao não conhecimento dos pais quanto à alimentação infantil, sendo muitas vezes originado pela interrupção do aleitamento materno exclusivo, o que proporciona vários riscos nutricionais ao longo do tempo. E se a alergia não for diagnosticada precocemente pode acarretar sérios riscos para a criança interferindo principalmente em seu estado nutricional.

**ALIMENTAÇÃO COMPLEMENTAR NA PRIMEIRA INFÂNCIA.**

Nutrição Clínica/Hospitalar

LUZ, Vivian Mára Silva; BARBOSA, Aline Coutinho; BERALDO, Joelma.

Trabalho de Conclusão de curso, Curso de Nutrição, União das Instituições de Ensino e Pesquisa, Ouro Fino-MG, 2009.

Introdução: A alimentação recebida pela criança na primeira infância (0 a 2 anos) tem repercussões ao longo de toda a vida. O leite materno, isoladamente, é capaz de nutrir adequadamente as crianças nos primeiros 6 meses de vida, porém, a partir desse período, deve ser complementado.

Objetivo: Esclarecer sobre a importância da alimentação complementar adequada para o crescimento e desenvolvimento de crianças na primeira infância.

Método: O trabalho é realizado por meio de levantamento bibliográfico com característica de pesquisa aplicada.

Revisão de literatura: Os contextos sociais e financeiros adquirem um papel preponderante neste processo, principalmente nas estratégias que os pais utilizam para a criança alimentar-se ou para aprender a comer alimentos específicos. Estas estratégias podem apresentar estímulos tanto adequados, quanto inadequados na aquisição das preferências alimentares da criança, no autocontrole da ingestão alimentar e na formação dos hábitos alimentares.

Conclusão: A complementação ao leite materno deve ser orientada para que as crianças tenham um crescimento e desenvolvimento adequado, evitando doenças de origem alimentar e fornecendo o aporte nutricional necessário. Assim, bons hábitos alimentares estarão sendo incorporados a dieta da criança desde seus primeiros anos de vida.

**ALIMENTOS INDUSTRIALIZADOS CONSUMIDO POR IDOSAS EM UMA CIDADE DO INTERIOR DO RIO GRANDE DO SUL**

Nutrição Clínica e Saúde Pública

Alves, M.; Blasi, T. C.; Camargo, J. S. Centro Universitário Franciscano- UNIFRA, Santa Maria-RS

Apresentadora: Magliane Alves

Hoje em dia, com novas tecnologias e os avanços médicos, a tendência é o aumento progressivo na longevidade. Mudanças fisiológicas que ocorrem durante o envelhecimento podem afetar a ingestão e o prazer de se alimentar, como alterações no paladar e no olfato, redução do fluxo salivar, digestão mais lenta, dificuldades de mastigação. Contudo, alguns efeitos gerais do envelhecimento podem ser modificados ou atenuados por meio da atenção especial à nutrição. Por sua vez, toda a mudança de hábitos alimentares e estilo de vida, que se encontra na sociedade contemporânea, tais como o maior consumo de alimentos industrializados, a troca de refeições por lanches, a alimentação fora de casa, ocorrem devido à má transição nutricional, observada tanto no âmbito nacional quanto mundial. Assim, este trabalho teve como objetivo verificar o consumo de produtos industrializados por idosos. Sendo de caráter descritivo quantitativo, realizado com 42 idosas acima de 60 anos. Os participantes foram avaliados por meio de um questionário, aplicado individualmente, contendo questões fechadas, estruturadas de acordo com o objetivo deste estudo. O questionário possui perguntas consumo, hábitos alimentares e frequência alimentar de produtos industrializados. A média  $\pm$  DP de idade das idosas foi de 63,53  $\pm$

5,76. Dos entrevistados, o consumo de produtos industrializados, observou-se que a maioria das idosas ainda segue costumes e hábitos de seus antepassados, dando preferência a alimentos naturais, sem aditivos e conservantes. Pois 92,8% (n=39) consideravam ter uma alimentação saudável, sendo que apenas 7,1% (n=3) consomem temperos industrializados, já em relação a doces em compotas 76,2% (n=32) das idosas mostram preferência caseira por este produto. Dos produtos congelados, enlatados, pré prontos, 90,4% (n=38) não consomem este tipo de produto. Torna-se imprescindível ressaltar a preocupação dos idosos em relação avanço da tecnologia na industrialização dos alimentos pré-prontos, e a grande aderência dos jovens por este produto. Com isso podem adquirir hábitos alimentares inadequados. Desta forma, concluiu-se que neste estudo é relativamente satisfatório em relação ao resultado obtido, pois é insignificante o consumo de produtos industrializado pelas idosas entrevistadas, elas seguem tradições de seus pais e avós, preferindo preparações caseiras. Com isso colaboram para seu bem estar em geral assim como favorecem a longevidade e a qualidade de vida.

**ALTERAÇÕES NOS PARÂMETROS DE ESTRESSE OXIDATIVO DE MULHERES APÓS TRATAMENTO PARA O CÂNCER DE MAMA, DE UMA INSTITUIÇÃO DE SAÚDE EM FLORIANÓPOLIS/SC**

Nutrição Clínica/Hospitalar

GALVAN, D.; KOIDE, H.; CARDOSO, A.L.; SABEL, C.; CESA, C.; CRIPPA, C.G.; SILVA, E.L.; DI PIETRO, P.F.

Estudos evidenciam o aumento da produção de espécies reativas após o tratamento quimioterápico para o câncer de mama, podendo desencadear um estado de estresse oxidativo. Este quadro pode estar relacionado com a progressão clínica da doença ou a recidiva da neoplasia mamária. O objetivo deste estudo foi investigar alterações em 5 parâmetros de estresse oxidativo, em mulheres com câncer de mama submetidas à quimioterapia e ao grupo de pacientes não expostas à esse tratamento. O estudo se caracterizou como um ensaio clínico não randomizado, realizado na Maternidade Carmela Dutra, em Florianópolis, Santa Catarina, no período de outubro de 2006 a maio de 2010. Foram selecionadas 66 mulheres com neoplasia mamária. O estresse oxidativo foi determinado a partir do potencial antioxidante redutor férrico (FRAP), glutatona reduzida (GSH), substâncias que reagem com o ácido tiobarbitúrico (TBARS), hidroperóxidos lipídicos (LOOH) e proteína carbonilada (PC). Todas as participantes do estudo foram avaliadas em dois momentos: T0 antes da cirurgia e T1 após o tratamento para o câncer de mama (cirúrgico, radioterápico e/ou quimioterápico). Os dados obtidos foram comparados entre os dois momentos pelo teste *t-Student* pareado ou teste de *Wilcoxon* para dados não paramétricos. A análise estatística foi realizada com auxílio do software SPSS. Para todos os testes foi utilizado nível de significância de 5%. Não houve diferença significativa em nenhuma das variáveis investigadas de estresse no grupo de mulheres não expostas à quimioterapia (n=22). Em relação ao grupo exposto (n=44), não houve diferença significativa nos marcadores antioxidantes FRAP e GSH, porém evidenciou-se um aumento significativo nas concentrações de TBARS (<0,05), LOOH (<0,005) e PC (0,005), após o tratamento quimioterápico. Com base nesses dados, concluiu-se que a quimioterapia impactou diretamente no aumento do estresse oxidativo de mulheres com neoplasia mamária, observado no aumento significativo das concentrações dos

marcadores de oxidação lipídica e protéica das pacientes submetidas a este tratamento.

### ANÁLISE DA COMPOSIÇÃO QUÍMICA E ROTULAGEM DE DIFERENTES MARCAS DE RAÇÃO HUMANA: ADEQUAÇÃO DAS INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS

Nutrição e Saúde Pública

Galvão PN; Borré JL; Carvalho F; Calazans LM; Azeredo VB. Universidade Federal Fluminense, Faculdade de Nutrição, Curso de Mestrado CAPS, Niterói-R.J., Brasil.

**OBJETIVO:** A Ração Humana foi desenvolvida com a proposta inicial de utilização como um complemento alimentar. Porém com o passar do tempo começou a ser utilizada no tratamento da obesidade e segundo divulgação da mídia tem se mostrado bastante eficaz. Sendo assim, este trabalho teve como objetivo avaliar a composição química e as informações nutricionais contidas nos rótulos de diferentes marcas de “Ração Humana” disponíveis no mercado. **METODOLOGIA:** Para as análises foram adquiridas, de forma aleatória, 6 (seis) diferentes marcas do produto no mercado da cidade de Niterói - RJ. Foi realizada análise da composição química e das informações nutricionais do rótulo. A análise da composição química foi realizada da seguinte forma: a fração protéica pelo método de Kjeldahl, extrato etéreo pelo método Soxhlet, cinzas pelo método de resíduo mineral fixo, umidade por dessecação em estufa a 105° C e a fração de carboidratos foi determinada pela diferença entre 100 e a soma das demais frações. Os resultados obtidos através destas análises foram confrontados com os valores nutricionais informados nos rótulos de cada marca. A análise das informações nutricionais contidas no rótulo foi realizada de acordo com o preconizado pela legislação vigente, sendo utilizada a RDC nº 360 - Regulamento Técnico Sobre Rotulagem Nutricional de Alimentos Embalados, da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA). Este estudo foi desenvolvido no Laboratório de Nutrição Experimental (LABNE) da Faculdade de Nutrição, da UFF/R.J. Os dados da composição química da ração humana foram apresentados por meio da estatística descritiva como média e desvio padrão. Para comparação entre as médias obtidas nas análises laboratoriais e daquelas informadas no rótulo foi utilizado o teste *t não pareado*. O programa *GraphPad InStat* foi utilizado e aceito um nível de significância de 5%. **RESULTADOS:** A análise da composição química realizada não apresentou diferença significativa quando comparadas às informações contidas nos rótulos, entretanto, as marcas 1, 2 e 5 apresentaram graves erros no fechamento da composição centesimal, no valor energético total, fração protéica e carboidratos. De modo que as informações nutricionais fornecidas pelo rótulo não correspondem aos valores energéticos da porção informada. Enquanto as marcas 3, 4 e 6 mostraram composição química bastante semelhante as obtidas no LABNE. Ao observar a rotulagem e as informações nutricionais correspondentes e confrontá-las com a legislação vigente, pode-se observar que as marcas 2 e 5 apresentavam informações incompletas referentes a porção do produto (não informa unidade de medida) e a ausência de medida caseira. Quanto a obrigatoriedade de apresentar a concentração dos macronutrientes contidos no produto alimentício, todas as marcas obedeciam a legislação informando os valores de energia total, carboidratos, proteínas, gorduras totais, gorduras saturadas, gorduras trans, fibra alimentar e sódio. **CONCLUSÃO:** Os resultados mostram que 50% das amostras de ração humana analisadas não

apresentaram composição nutricional fidedigna, o que leva o consumidor a obter informações erradas sobre o produto. Consequentemente, pode-se concluir que as informações nutricionais presentes nos rótulos, apesar de respeitarem a legislação vigente, apresentam valores errados. Enfatizamos, portanto, a necessidade de fiscalização pelo órgão competente a fim de garantir ao consumidor clareza e idoneidade das informações descritas nos rótulos.

### ANÁLISE DA HIDRATAÇÃO DE IDOSOS PRATICANTES DE PROVA DE PEDESTRIANISMO DE SANTOS

Nutrição Esportiva

FONTES, V. MADUREIRA, F. Universidade Paulista – UNIP, Santos – Brasil. Autor apresentador: Vanessa Fontes Losano.

A perda hídrica pela sudorese induzida pelo exercício, especialmente realizado em ambientes quentes e de alta umidade, pode levar à desidratação, alterar o equilíbrio hidroeletrólítico, dificultar a termorregulação e, assim, provocar uma diminuição no desempenho esportivo e/ou representar um risco para a saúde principalmente de pessoas idosas (MARSZALEC, 2000; INBAR et al, 2004). Quanto maior a desidratação, menor a capacidade de redistribuição do fluxo sanguíneo para a periferia, menor a sensibilidade hipotalâmica para a sudorese e menor a capacidade aeróbia para um dado débito cardíaco (MACHADO-MOREIRA et al, 2006). Na nutrição esportiva, a hidratação tem sido amplamente estudada como fator delimitador do desempenho esportivo, pois se o atleta entrar em uma competição com o seu estado de hidratação adequado ou hiperhidratado, ele desenvolverá o melhor de suas capacidades físicas e técnicas (KNECHTLE et al, 2010; BRITO et al, 2006), o que permitirá que o atleta treine por mais tempo e se recupere mais rapidamente entre as sessões de exercício, fator este que pode ser determinante para sua vitória. Entretanto o suporte hídrico inadequado pode afetar negativamente o desempenho do atleta (WOLINSKY, 2002). O objetivo do trabalho foi avaliar a perda hídrica de idosos em provas de pedestrianismo. Foram avaliados 27 idosos com idade 68±4,1 anos, praticantes das provas de 10Km de pedestrianismo na cidade de Santos. Todos os voluntários possuíam no mínimo 2 anos de prática ou 12 etapas concluídas. Para avaliação quanto à reposição hídrica foi aplicado um questionário avaliando o comportamento alimentar 24 horas antes da prova, no dia da prova, durante e após a realização da prova. Para analisar a desidratação foi utilizada a pesagem antes e após a prova com balança da marca Plenna modelo HON-00823. A pesagem inicial foi feita com os participantes sem camiseta e descalços, para que o peso destes materiais não interferisse nos dados. Após a análise dos dados e a não confirmação da distribuição normal das variáveis através do teste de Shapiro-Wilk, optou-se por utilizar os métodos estatísticos não paramétricos, Wilcoxon. Os resultados encontrados estão descritos na tabela 1.

Os resultados indicam perda hídrica significativa pós prova, o que pode se agravar em função de nenhum dos voluntários realizar nenhuma espécie de estratégia de hidratação antes, durante ou depois da prova. Estes dados são preocupantes em função dos idosos possuírem naturalmente um menor nível de água em seu organismo quando comparados a indivíduos mais jovens (INBAR et al, 2004), aumentando assim o grau de desidratação e os riscos advindos da mesma. Desta forma recomenda-se uma maior atenção quanto à hidratação desses idosos durante esse tipo de prova

**Tabela 1:** Nível de desidratação dos idosos em provas de pedestrianismo de 10Km do Circuito Santista

Participantes	Idade média (anos)	Peso médio inicial (Kg)	Peso médio final (Kg)
27	68±4,1	64±8,2	62±7,7*

Os dados estão sob a forma de média e (desvio padrão). \* indica diferença significativa para pré (pd<sup>0,05</sup>)

para que eventuais problemas possam ser evitados.

**Referências bibliográficas:** 1 -MARSZALEK A. Thirst and work capacity of older people in a hot environment. *Int J Occup Saf Ergon*. 2000;Spec No:135-42. 2- INBAR O, MORRIS N, EPSTEIN Y, GASS G.

**Comparison of thermoregulatory responses to exercise in dry heat among prepubertal boys, young adults and older males.** *Exp Physiol*. 2004 Nov;89(6):691-700. Epub 2004 Aug 24.

3- KNECHTLE B, WIRTHA, KNECHTLE P, ROSEMANN T. **Increase of total body water with decrease of body mass while running 100 km nonstop—formation of edema?** *Res Q Exerc Sport*.

2009 Sep;80(3):593-603. 4- BRITO, I. S. S.; BRITO, C. J.; FABRINI, S. P.; MARINS, J. C. B. Caracterização das práticas de hidratação em karatecas do estado de Minas Gerais. **Fitness & Performance Journal**, v.5, n.1, p.24-30, jan./fev. 2006. 5 - FLECK, S. J.; FIGUEIRA, A. J. Desidratação e desempenho atlético. **Revista associação dos professores de educação física**, Londrina, n.12, p.50-57, 1997. 6 - MACHADO-MOREIRA, Christiano Antônio et al. Hidratação durante o exercício: a sede é suficiente?. **Rev Bras Med Esporte**, Niterói, v. 12, n. 6, Dec. 2006. 7 - WOLINSKY, I.; HICKSON, J. F.

**Nutrição no exercício e no esporte**. 2ª ed., Rio de Janeiro, ROCA, 2002.

#### ANÁLISE DAS PRÁTICAS ALIMENTARES DE PRÉ-ESCOLARES

Nutrição e Saúde Pública

SARAN Tatiana; SANTOS Ivanir E L A; ALTENBURG Helena - Faculdades Integradas do Vale do Ribeira-União das Instituições de Serviços, Ensino e Pesquisa – UNISEPE – Registro, São Paulo, Brasil, autor apresentador: Tatiana Saran.

**Objetivo:** Analisar as práticas alimentares de crianças usuárias de um Centro de Educação Infantil e Educandário (CEIE) no Município de Peruíbe - São Paulo. **Métodos:** Por meio de Inquérito Nutricional semi-estruturado foram avaliadas 45% das crianças do CEIE (n=27) com 24 a 48 meses de idade. O Inquérito foi aplicado junto às mães ou responsáveis, sendo este composto de duas partes distintas: Primeiro um diário alimentar que avaliou o número de refeições diárias (desjejum, almoço, lanche e jantar), sendo desjejum e jantar realizados no domicílio e avaliados pelo método recordatório de 24 horas, tendo as mães como respondentes, e classificadas como satisfatórias quando maior ou igual a quatro; regular três refeições/dia e insatisfatórias quando realizadas duas por dia. Segundo, a frequência de consumo alimentar, onde se destacou o consumo de leguminosas, legumes, frutas, hortaliças, ovos, carne, frango, peixe e leite, classificados como consumo raro a ingestão quinzenal, mensal e ocasional, ingestão não satisfatório de uma a três vezes por semana, satisfatório a ingestão de quatro a mais vezes por semana. O consumo de salsichas, lingüiça, doces, salgadinho, refrigerante, suco artificial, macarrão instantâneo e bolachas recheadas foram classificados como raro a ingestão quinzenal, mensal e ocasional; moderado de uma a três vezes por semana e excessiva quatro ou mais vezes por semana. **Resultados:** O número de refeições diárias foi correspondente ao período de

permanência no Educandário, sendo 56% (n=15) regular, 32% (n=9) satisfatório e 12% (n=3) insatisfatório. Quanto ao consumo alimentar apenas 30% (n=8) apresentou consumo satisfatório de proteínas e conseqüente vitamina B12 e Cálcio. Apenas 26% (n=7) alcançaram consumo satisfatório de fibras oriundas de leguminosas. Apresentaram consumo insatisfatório de frutas, hortaliças e legumes 48% (n=13) e 37% (n=10) indicaram um “consumo raro”. Já o consumo de salsichas, lingüiça, doces, salgadinho, refrigerante, suco artificial, macarrão instantâneo e bolachas recheadas teve em sua totalidade resultados excessivos onde 56% (n=15) apresentaram um consumo de quatro a mais vezes por semana. **Conclusão:** Os dados demonstram que as práticas alimentares das crianças avaliadas, estão distantes de ser o ideal. Neste contexto, este estudo evidenciou que ações relacionadas a promoção de hábitos alimentares saudáveis devem ser implementadas para garantir o direito ao alimento e a amplitude que o ato de comer representa, minimizando assim as deficiências alimentares e nutricionais que representam um grande desafio para a saúde pública brasileira na atualidade.

#### ANÁLISE DE VITAMINAS ANTIOXIDANTES E MEDIADORES INFLAMATÓRIOS EM MULHERES COM CÂNCER DE MAMA

Nutrição Clínica, Nutrição e Saúde Pública

Abranches, M. V.<sup>1\*</sup>, Mendes, M. C. S.<sup>2</sup>; Paula, H. A. A.<sup>3</sup>; Ribeiro, S. M. R.<sup>4</sup>; Paula, S. O.<sup>5</sup>; Franceschini, S. C. C.<sup>4</sup>; Freitas, R. N.<sup>6</sup>; Peluzio, M. C. G.<sup>4</sup>

<sup>1</sup> Nutricionista, M.Sc., Discente do Programa de Pós-Graduação em Biologia Celular e Estrutural, Universidade Federal de Viçosa;

<sup>2</sup> Nutricionista, M.Sc., Discente do Programa de Pós-Graduação em Fisiopatologia Médica, Universidade Federal de Campinas;

<sup>3</sup> Nutricionista, M.Sc., Discente do Programa de Pós-Graduação em Ciência e Tecnologia de Alimentos, Universidade Federal de Viçosa;

<sup>4</sup> Docente do Departamento de Nutrição e Saúde, Universidade Federal de Viçosa;

<sup>5</sup> Docente do Departamento de Biologia Geral, Universidade Federal de Viçosa;

<sup>6</sup> Docente do Departamento de Nutrição, Universidade Federal de Ouro Preto.

**Instituição:** Universidade Federal de Viçosa, Viçosa, MG, Brasil.

\*Autora quem irá apresentar o trabalho

**Introdução:** As células tumorais e do sistema imune estimulam a secreção de uma variedade de citocinas e radicais livres que exacerbam o processo inflamatório, podendo culminar com a propagação do câncer. Diversos fatores ambientais podem resguardar o organismo contra o câncer. Dentre estes, o aumento do consumo de compostos antioxidantes, como as vitaminas A e E, parece diminuir o estresse oxidativo por decréscimo do dano celular causado por radicais livres formados durante as reações inflamatórias, além de modular a resposta imunológica. **Objetivo:** O presente estudo objetivou avaliar os níveis plasmáticos e teciduais de á-tocoferol, retinol e â-caroteno e diferentes mediadores

inflamatórios em mulheres com câncer de mama. **Metodologia:** A amostra foi composta por 51 mulheres, sendo 25 casos de câncer de mama (grupo CA) e 26 com doença benigna da mama (grupo DBM). Realizou-se a análise de variáveis socioeconômicas, clínicas, ginecológicas, obstétricas, antropométricas, comportamentais, além da ingestão de á-tocoferol, retinol e â-caroteno. Foram mensuradas as concentrações plasmáticas e teciduais destes compostos e dos marcadores inflamatórios IL-8, IL-10 e IFN- $\alpha$  no tecido adiposo mamário. Foram realizadas análises univariadas, bivariadas e multivariadas para verificar os possíveis fatores que melhor explicam a ocorrência deste tipo câncer. **Resultados:** Verificou-se que a maior ingestão de á-tocoferol ( $p = 0,04$ ) e â-caroteno ( $p = 0,011$ ) foi no grupo DBM, quando comparado ao grupo CA. A concentração de á-tocoferol tecidual esteve significativamente reduzida no grupo CA. Os mediadores inflamatórios, IL-10, IL-8 e IFN $\alpha$  estiveram aumentados em 231%, 49,1% e 57,5%, respectivamente, no grupo CA em relação ao grupo DBM. A menor ingestão e conseqüente menor concentração tecidual de á-tocoferol são fatores que elevam a chance de desenvolvimento do câncer de mama. **Conclusão:** Os resultados encontrados no presente estudo sugerem a existência de efeitos biológicos dos nutrientes sobre o sistema imunológico. A maior concentração tecidual de mediadores pró-inflamatórios no grupo de mulheres com câncer de mama demonstra que esta doença possivelmente envolve a resposta imune na tentativa de eliminar as células cancerosas. Por outro lado, a maior síntese de IL-10, mediador anti-inflamatório, pode ser um mecanismo de proteção contra a ação exacerbada dos compostos pró-inflamatórios.

**Palavras-chave:** Câncer de mama, Citocinas, Vitaminas antioxidantes.

#### ANÁLISE DOS CARDÁPIOS DE UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO MILITAR DE BELÉM-PARÁ

Nutrição e Saúde Pública

Davila, L; Dutra, C; Castro, D.

Universidade Federal do Pará, Belém – Brasil.

Autor apresentador do trabalho: Liohanna Silva Pires d'Ávila

**Objetivo:** Analisar os cardápios fornecidos em uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) Militar de uma semana, avaliando sua adequação às diretrizes do Programa de Alimentação do Trabalhador (PAT). **Metodologia:** Foi realizado um estudo transversal com 900 funcionários militares em média, com idade entre 18 a 49 anos, que exerciam atividades operárias e/ou administrativas. Foram estudados sete cardápios quanto ao valor energético dos macronutrientes, fibras, e sódio, servidos nas seguintes refeições: pré-almoço, almoço, jantar e ceia. Eram servidos diariamente um prato protéico, um tipo de leguminosa, uma guarnição, um acompanhamento e uma sobremesa, sendo a salada inclusa de modo esporádico. Foram considerados para o cálculo de análise o per capita estabelecido pela referida UAN. Os dados foram tabulados e analisados pelo programa Microsoft Office Excel 2007. **Resultados:** Os cardápios apresentaram um VET médio de 3091,8 Kcal, variando entre 2533,1 a 4272,8 Kcal. Quanto a análise dos macronutrientes verificou-se que as médias foram: 49,49% para carboidratos, 20,8% proteína e 35,11% lipídios. Para os micronutrientes, 38,25g de fibras e 6686,28 mg de sódio. Constatou-se que o valor energético total, lipídico e protéico apresentou valores acima das recomendações do PAT, enquanto que os carboidratos apresentaram valor abaixo do preconizado pelo PAT. As fibras apresentaram valor acima do

recomendado pela FAO/WHO (2003) e o sódio apresentou valor acima do recomendado pela DRI (2004). **Conclusão:** Diante dos resultados encontrados são necessárias alterações na composição dos cardápios, através de programas de educação alimentar, que promovam mudanças nos hábitos alimentares, visando à prevenção de doenças crônicas não transmissíveis e melhoria na qualidade de vida e saúde dos funcionários militares desta organização militar.

#### ANÁLISE DOS INTERVALOS ENTRE AS REFEIÇÕES DIÁRIAS NA PRÁTICA ALIMENTAR DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

Nutrição e Saúde Pública

**Autores:** NASCIMENTO, K.; SILVA, B.L.; SALUSTINO, C.; MENDES, L.; SENA, T.; SILVA, K.M.

Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN/FACISA), RN/ Brasil.

Autor apresentador: Kátia Maria Bezerra da Silva

Estudos têm identificado variáveis que exercem influência no consumo alimentar, evidenciado o impacto da alimentação saudável na prevenção das mortes prematuras, sendo a obesidade um dos principais fatores de risco. O número de refeições, assim como sua distribuição no decorrer do dia e seus efeitos no metabolismo têm tido destaque na literatura. O hábito de fazer várias refeições por dia torna possível a capacidade de regulação dos mecanismos fisiológicos que controlam o apetite. O tamanho da refeição (associado ao excesso de calorias) está associado a longos intervalos de tempo entre elas, ratificando a necessidade da correta distribuição dos horários das refeições ao longo do dia, com intervalos regulares médios de 3 horas entre cada refeição. A correta distribuição dos horários das refeições ao longo do dia promove a manutenção da saúde, assim como o bem-estar pessoal e um comportamento psicossocial adequado. Deste modo, a prática de se alimentar em horários inadequados, assim como, atribuir um longo período de tempo no intervalo entre uma refeição e outra pode ocasionar inúmeras conseqüências ao indivíduo, dentre as quais a obesidade cresce em relevância. Entendendo que um dos princípios básicos que devem reger a relação entre as práticas alimentares e a promoção da saúde é a correta distribuição dos alimentos nas refeições no decorrer do dia, acredita-se que conhecer a prática alimentar de jovens estudantes, subsidiará as atividades de Educação Nutricional para este grupo etário. **Objetivo:** Neste sentido, o presente estudo buscou conhecer o intervalo de tempo atribuído, entre refeições diárias, por estudantes universitários. **Metodologia:** O estudo empírico, com abordagem quantitativa, foi conduzido através de levantamento tipo *survey*, sendo utilizado um questionário semi-estruturado, com questões referentes aos horários das refeições e práticas alimentares dos participantes. Os sujeitos de pesquisa foram os alunos do curso de nutrição de uma universidade pública, selecionados por conveniência e interesse em participar, sendo entrevistados 48% dos estudantes deste curso. **Resultados:** A faixa etária foi de 16 a 21 anos, com predominância do sexo feminino (91%). Os entrevistados relataram realizar, em média, quatro refeições por dia. Detectou-se que o intervalo entre as grandes refeições, em 41% dos estudantes, era de 6 a 7 horas, entre o café da manhã e almoço e em 24% deles, de 7 a 9 horas entre o almoço e o jantar, identificando-se ainda o hábito de pular refeições. **Conclusões:** Os resultados revelaram que uma parte significativa dos estudantes atribui um intervalo inadequado entre as refeições. Apesar de a maioria realizar quatro refeições por dia, existe

ainda aqueles que se limitam a duas por dia, identificando-se o hábito de pular refeições. Os intervalos demasiado grandes entre as refeições conduzem ao aumento do apetite e ao consumo de quantidades de alimentos superiores às necessárias nas refeições. As calorias ingeridas em excesso são convertidas em gordura, facilitando o aparecimento de doenças como a obesidade. O estudo permitiu verificar a importância de enfatizar informações sobre a distribuição das refeições ao longo do dia, no contexto da promoção de hábitos alimentares saudáveis, nas práticas de Educação Nutricional entre jovens.

Palavras-chaves: refeições diárias, práticas alimentares, estudantes

### ANÁLISE DOS RÓTULOS DE BARRAS DE CEREAIS QUANTO AO TEOR DE FIBRAS E RESPECTIVAS ALEGAÇÕES NUTRICIONAIS, EM HIPERMERCADOS DE GOIÂNIA.

Nutrição e Saúde Pública

Autores: FARIA, J. T., BIANCARDINI, L. R., CAVALCANTE, S. e TAHAN, W.

Instituições em que o trabalho foi desenvolvido: Portal Nutrição em Foco, Goiânia, Goiás, Brasil.

Autor apresentador: Juliana Tolêdo de Faria

**OBJETIVO:** O objetivo deste estudo foi comparar o teor de fibras alimentares de barras de cereais com as respectivas alegações, atribuídas nas embalagens, avaliando-as conforme preconizado em legislação específica, visto que, na população cresce a preocupação em ingerir alimentos nutricionalmente melhores e que tenham praticidade de consumo, o que faz da barra de cereais um dos alimentos que vem se sobressaindo em relação ao consumo.

**METODOLOGIA:** Os hipermercados foram selecionados por critério de maior volume de vendas, totalizando 10 estabelecimentos em Goiânia, onde se obteve uma amostra de 90 barras de cereais, de 17 marcas distintas e sabores variados. O levantamento dos dados foi realizado durante um período de duas semanas, entre os dias 02 de julho e 16 de julho de 2010. As informações dos rótulos necessárias para o estudo eram registradas em tabelas organizadas por colunas na seguinte ordem: marca, sabor, porção em gramas, valor calórico, teor de fibras em gramas, quantidade de fibra em 100 gramas do produto, ingrediente predominante, alegações no rótulo e classificação em conforme (C) e não conforme (NC) segundo as legislações. A classificação em conforme e não conforme, foi preenchida após o período de pesquisa de campo dentro dos hipermercados, em que foi feita a checagem da adequação da alegação nutricional contida no rótulo em relação ao teor de fibras descrito. Os parâmetros para tal avaliação foram fundamentados na Portaria 27 e RDC 359 e 360 que determinam as quantidades mínimas de fibras para que as alegações “rico em fibras”, “fonte de fibras” e “alto teor de fibras” sejam permitidas nos rótulos. Por fim, foi feita uma compilação dos dados para discussão dos resultados encontrados. **RESULTADOS:** A porção das barras de cereais apresentou pequena variação, com valores de 20 a 27 gramas ( $24 \pm 2$  gramas), e o valor calórico por porção oscilou de 40 a 110 Kcal ( $88 \pm 11$  Kcal). Em relação à quantidade de fibras presente em 100 gramas do produto os resultados encontrados diversificaram entre 0 a 22,8 gramas ( $7 \pm 5$  gramas), sendo que, 9 produtos registraram quantidade nula de fibras e todos os %VD declarados estão conforme a recomendação. De acordo com Melo, et al, o conteúdo de fibra é um aspecto importante na composição nutricional das barras de cereais, uma vez que o nutriente é classificado como o de maior

destaque do produto. Com o objetivo de agradar os clientes, a indústria alimentícia tem buscado novas formas de apresentação das barras de cereais com sabores mais adocicados, adicionados de chocolate e sabores inovadores. Contudo, se o acréscimo de ingredientes saborosos aumenta a atratividade do produto, em contrapartida, não satisfaz em relação ao teor de fibras, situação que, de alguma maneira, poderia equivoocar o consumidor no momento da escolha por um alimento provavelmente “mais saudável”, induzindo-o a uma escolha negativa. Dos 90 produtos pesquisados 100% mostraram conformidade diante a legislação e 59 (66%) apresentaram alguma alegação no rótulo. Destes, 7 produtos (12%) registraram alegação subestimada, em que poderiam utilizar da classificação “alto teor de fibras” e passavam a informação de apenas “fonte de fibras”. De acordo com o preconizado na portaria 27 da Vigilância Sanitária, seria permitido em 8 (26%) dos 31 rótulos que não continham nenhuma alegação nutricional a citação “fonte de fibras” e 14(45%) poderiam alegar “alto teor de fibras. Tal exposição, mostra um sugestivo desconhecimento dos fabricantes dos produtos, afinal, as alegações nutricionais em relação às fibras em barras de cereais valorizam o marketing nutricional do produto e atraem mais consumidores. O ingrediente predominante nas barras de cereais foi a aveia em flocos. A aveia pode ser utilizada como ingrediente para a elaboração de barras de cereais por apresentar textura, sabor e aparência adequados, permitindo formular produtos à base de grãos integrais e com características de alimento rico em fibras (GUTKOSKI, et al, 2007). Além disto, composição química e a qualidade nutricional da aveia são relativamente altas e superiores a dos demais cereais e tais características fazem da aveia a fonte de fibras predominante em barras de cereais. **CONCLUSÕES:** Atualmente é possível encontrar diversos tipos de barras de cereais que variam em tamanho, ingredientes, sabores e informações nutricionais. O grande desejo de satisfazer o cliente, em meio à concorrência, faz com que a indústria menospreze a propriedade de “alimento natural” das barras de cereais. Tendo em vista que a principal qualidade nutricional do produto, é o predomínio de fibras, fica assim inadmissível o achado de baixo valor e principalmente o valor nulo de tal nutriente. Com relação às características de conformidade das alegações nos rótulos, as barras de cereais, que apresentaram as alegações, estão dentro dos padrões previstos pela legislação.

### ANÁLISE, DOS CARDÁPIOS DE UM RESTAURANTE POPULAR EM BELÉM DO PARÁ, SEGUNDO O MÉTODO DE ANÁLISE QUALITATIVA DE PREPARAÇÕES DE CARDÁPIOS (AQPC)

Nutrição e Saúde Pública

Autores: FERREIRA, R. V.; GOMES, K. C. F.; MORAES, P.M.O. – Instituição: Universidade da Amazônia (UNAMA), Belém/ Pará- Brasil.

Apresentador: Vivian Rodrigues Ferreira.

**Objetivo:** Este estudo teve o objetivo de analisar, segundo o Método de Análise Qualitativa de Preparações de Cardápios (AQPC), os cardápios oferecidos em um Restaurante Popular em Belém do Pará.

**Metodologia:** Foram avaliados qualitativamente os cardápios dos meses de abril e maio de 2010, no total foram 44 dias. Através do método AQPC, foi possível analisar as seguintes variáveis dos cardápios: técnicas de preparo, alimentos ricos em enxofre, combinação de doces e frituras, doces, frituras, carnes gordurosas, presenças de cor nas preparações, folhosos e conserva nas saladas. Os dados foram reunidos em variações diárias por semana

e posteriormente nos dois meses avaliados, os dados foram tabulados em relação ao número total de dias dos cardápios analisados, a análise qualitativa foi obtida por percentual indicativo de qualidade do cardápio. **Resultados:** Nos cardápios analisados verificaram-se um maior percentual de oferecimento de frutas (86%), presença de cores (63,6%), frituras (59%), folhosos e conserva (31,8%), carnes gordurosas (29,5%) e alimentos ricos em enxofre (38%), os percentuais menores foram verificados combinação de doces e frituras (11,3%), doce (13,6%), carne gordurosa (29,5%), combinação de doces e frituras (11,3%). Para técnicas de preparo foram observados: assar (68%), grelhar (22%), fritar (59%), fervura (31%). **Conclusões:** O Ministério do Desenvolvimento Social e Combate a Fome no Manual de Programa Restaurante Popular de 2004, preconiza em um dos seus objetivos específicos que seja promovido a educação alimentar, promoção de hábitos alimentares saudáveis, variedade e equilíbrio nos cardápios, de acordo com resultados encontrados, observa-se que os cardápios analisados há oferta de uma alimentação colorida, com presença de frutas e folhosos, porém observaram-se um alto percentual de preparações utilizando frituras, alimentos ricos em enxofre e carnes gordurosas. Sugerimos a aplicação periódica deste método, como forma de avaliação e monitoramento dos cardápios no aspecto nutricional.

#### ARMAZENAMENTO DE PESCADO: CUIDADOS E EXIGÊNCIAS EM SUPERMERCADOS

Nutrição e Saúde Pública

AUTORES: Dias, I.B.; Leite, M.O.

UBM – Centro Universitário de Barra Mansa, RJ, Brasil.

[marilene.leite@ubm.br](mailto:marilene.leite@ubm.br) - Autora apresentadora

A padronização do processamento e a manutenção das temperaturas dos alimentos, especialmente de pescados, têm sido citadas como parâmetros importantes para se evitar as toxinfecções alimentares. Os pescados são alimentos altamente perecíveis que propiciam rápida multiplicação microbiana, devendo ser armazenados sob refrigeração ou congelamento, de forma que suas características microbiológicas, sensoriais, físico-químicas e nutricionais permaneçam viáveis até o prazo de validade determinado. Objetivou-se neste estudo, avaliar as condições gerais de armazenamento de pescados congelados expostos aos consumidores, em dois supermercados no município de Barra Mansa-RJ. A coleta de dados foi realizada no mês de junho de 2010, onde os produtos expostos aos consumidores, foram avaliados quanto ao peso, comprimento, diâmetro, padronização de tamanho, forma, cor, período de validade, e temperatura. Para as aferições de temperatura utilizou-se um termômetro da marca Akso, com escala de  $-40^{\circ}\text{C}$  /  $230^{\circ}\text{C}$ , realizando medições nas extremidades e no centro dos balcões. Para a estabilização da temperatura do termômetro aguardava-se dois minutos em cada aferição e após os dados registrados em uma tabela pré-estabelecida apropriada para a coleta. O produto A do supermercado 1 apresentou padrões de peso, comprimento, quantidade de produto na embalagem, coloração, observando-se apenas nas embalagens uma pequena variação. O produto B do supermercado 2 apresentou padrões de peso e coloração, porém diversificou comprimento dos filés, o que permitiu a variação do diâmetro e a quantidade de produtos acondicionados em cada embalagem. Sobre os rótulos o produto A não informava a numeração do lote e, se havia ou não estabilizante, enquanto produto B não informava tabela de composição nutricional referente ao produto

Em relação as temperaturas encontradas, o supermercado 1 apresentou uma variação de média de ( $-1,4^{\circ}\text{C}$  a  $-3,5^{\circ}\text{C}$ ), enquanto o supermercado 2 manteve o produto em temperatura mais baixa, com média variando de ( $-5,3^{\circ}\text{C}$  a  $-9,9^{\circ}\text{C}$ ), entretanto, nenhum dos dois supermercados avaliados atingiu a temperatura estabelecida de  $-18^{\circ}\text{C}$ , recomendada pela legislação vigente para produtos congelados. Conclui-se que, manter a temperatura de armazenamento conforme o exigido por lei, não é uma prática dos supermercados, afetando assim o prazo de validade do produto, suas características microbiológicas, sensoriais físico-químicas e nutricionais. Sugere-se a presença de um profissional nutricionista nos supermercados para prevenir ações inadequadas, assim como estabelecer normas e técnicas a serem adotadas pelos estabelecimentos a fim de garantir a qualidade dos produtos perecíveis e conseqüentemente a satisfação e saúde do consumidor. Palavras – chaves: Pescado, armazenamento, congelados.

#### ASPECTOS DIETÉTICOS E ANTROPOMÉTRICOS DOS PRATICANTES DE ATIVIDADE FÍSICA DAS ACADEMIAS DE VITÓRIA DA CONQUISTA – BA

Nutrição Esportiva

SOARES, Lucimara Piauí<sup>1</sup>; PITA, Julyane da Silva Leite<sup>1</sup>; MAGALHÃES, Sérgio Souza<sup>2</sup>; ALMEIDA, Jeane Santos<sup>3</sup>.

<sup>1</sup> Nutricionista, Mestranda em Engenharia de Alimentos pela Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia / UESB.

<sup>2</sup> Educador Físico, Mestre em Desenvolvimento Regional e Meio Ambiente pela Universidade Estadual de Santa Cruz / UESC.

<sup>3</sup> Nutricionista, Pós-graduanda em Nutrição Clínica pela UNINTER.

**Autora que apresentará o trabalho.**

**Introdução:** A população de praticantes de exercícios físicos em academias de ginástica vem aumentando nas últimas décadas. O perfil dietético e antropométrico são ferramentas importantes para caracterização do estado nutricional. **Objetivo:** Analisar o perfil dietético e antropométrico dos praticantes de exercícios físicos frequentadores de academias de ginástica de Vitória da Conquista/BA. **Métodos:** Amostra de 337 indivíduos ( $27,98 \pm 10,99$ ) do gênero masculino e feminino. Foi utilizado o inquérito alimentar recordatório de 24 horas, para avaliar o consumo habitual. Para coletar informações sócio-demográficas referentes ao nível social, perfil étnico, estado civil e escolaridade foi utilizado um formulário semi-estruturado. E o estado nutricional foi avaliado através do índice de massa corporal (IMC) e a circunferência da cintura (CC). **Resultados e discussão:** Observou-se o predomínio de indivíduos do gênero masculino, brancos, solteiros, com ensino superior incompleto, renda familiar de mais de 3 até 10 salários mínimos e que frequentam a academia em período maior que 12 meses. As médias mostraram: idade de  $27,98 \pm 10,99$ , IMC de  $23,99 \pm 3,73$ . Em relação ao consumo alimentar as médias foram: VCT de  $2.618,13 \text{ kcal} \pm 1.244,20$ , %PTN  $18,42 \pm 6,14$ , %CHO  $56,55 \pm 9,74$ , %LPD  $24,87 \pm 8,02$ . Quanto ao estado nutricional, 69% são eutróficos, 22% apresentam sobrepesos, 6% são obesos e 3% com baixo peso. De acordo com a CC, 83,7% se encontram sem risco e 16,3% apresentam com risco de obesidade associada às alterações metabólicas. A comparação de médias segundo o gênero mostrou que os homens consumiram maiores quantidades de proteínas ( $p=0,012$ ), quando comparados às mulheres. Comparando as médias de acordo com o

tempo que os praticantes freqüentam a academia, os que praticam por mais de 6 meses consomem menos alimentos que contenham lipídio ( $p=0,017$ ) quando comparado aos que freqüentam por período inferior. **Conclusão:** O perfil antropométrico dos praticantes apresentou em sua maioria eutrofia. Entretanto, considerando o perfil dietético, as análises das proporções de macronutrientes encontradas na dieta evidenciaram elevada ingestão de proteína, ultrapassando os valores recomendados pela RDA (% PTN 10-15) e apesar da média da ingestão de carboidrato e de lipídeo estar adequada, há pessoas que consomem abaixo do recomendado. Assim, o estudo sugere a participação do profissional nutricionista para que sejam feitas orientações nutricionais, respeitando a individualidade de cada sujeito, visando uma alimentação equilibrada e segura a fim de potencializar os efeitos da prática de atividade física.

**Palavras-chave:** perfil dietético, exercícios físicos, academias de ginástica, nutrição.

### ASSOCIAÇÃO DE ESTRESSE OXIDATIVO E OBESIDADE INDUZIDA POR DIETA HIPERLIPÍDICA NA SECREÇÃO DE ADIPOCINAS E PERFIL INFLAMATÓRIO DO TECIDO ADIPOSITO

Nutrição Clínica

Autores: Pereira S.S., Teixeira L.G., Aguilár E.C., Matoso R.O., Pires F.L., Ferreira A.V.M., Alvarez-Leite J.I.

Apresentadora: Solange Silveira Pereira (Pereira S.S.)

Laboratório de Aterosclerose e Bioquímica Nutricional

Universidade Federal de Minas Gerais - Belo Horizonte – Brasil

A atividade proinflamatória das adipocinas e a infiltração de macrófagos no tecido adiposo caracterizam a obesidade como um estado de inflamação crônica de baixo grau e têm importante relação com componentes da síndrome metabólica que são eventualmente relacionados à inflamação. Estudos em humanos e modelos experimentais de obesidade mostram forte correlação entre adiposidade e marcadores do estresse oxidativo sistêmico. O objetivo desse trabalho foi avaliar a contribuição do estresse oxidativo e da obesidade de forma isolada e associada na secreção de adipocinas, em um modelo experimental com camundongos alimentados com dieta hiperlipídica. Foram utilizados 36 camundongos C57BL/6 para compor o grupo controle para o estresse oxidativo e 36 camundongos ApoE<sup>-/-</sup> para compor o grupo suscetível ao estresse oxidativo. Dentre as duas linhagens os animais foram divididos em dois subgrupos: Grupo controle (CT) alimentados com dieta comercial padrão e Grupo HIPER alimentados com dieta hiperlipídica. O experimento durou 9 semanas. A evolução ponderal foi avaliada pesando os animais semanalmente. Para avaliação da adiposidade foi realizada a biometria do tecido adiposo visceral e a medida da área do adipócito em cortes do tecido adiposo dos animais. O estresse oxidativo no tecido adiposo foi mensurado avaliando a peroxidação lipídica pela técnica de dosagem de concentração de hidroperóxidos. A secreção das adipocinas TNF $\alpha$  e IL6 no tecido adiposo foi avaliada por ELISA. A infiltração de macrófagos no tecido adiposo foi avaliada de forma indireta pela presença da enzima N-acetilglicosaminidase (NAG), indicativa de macrófagos ativadas. Os grupos alimentados com dieta hiperlipídica (HIPER) apresentaram peso total em gramas significativamente maior que seus controles (CT) em ambas as linhagens: C57BL/6 HIPER:  $34,39 \pm 0,98g$  x CT:  $31,54 \pm 0,61g$  ( $p<0,05$ ) e APOE<sup>-/-</sup> HIPER  $30,31 \pm 0,65g$  x CT:  $28,4 \pm 0,54g$  ( $p<0,05$ ).

A adiposidade visceral também foi maior nos grupos HIPER em relação aos grupos CT em ambas as linhagens: C57BL/6 HIPER:  $4,06 \pm 0,54\%$  x CT:  $1,19 \pm 0,08\%$  ( $p<0,05$ ) e APOE<sup>-/-</sup> HIPER  $3,69 \pm 0,41\%$  x CT:  $1,64 \pm 0,09\%$  ( $p<0,05$ ). A área do adipócito também foi significativamente maior nos grupos HIPER em relação aos CT: C57BL/6 HIPER:  $6445 \pm 460,0mm^2$  x CT:  $1280 \pm 89,9mm^2$  ( $p<0,001$ ) e APOE<sup>-/-</sup> HIPER  $4818 \pm 390,0mm^2$  x CT:  $1330 \pm 62,2mm^2$  ( $p<0,001$ ). O estresse oxidativo no tecido adiposo foi expresso em imol de hidroperóxido/g de proteína. Os animais C57BL/6 não apresentaram diferença significativa entre os grupos HIPER e CT. Já o grupo ApoE<sup>-/-</sup> HIPER apresentou estresse oxidativo maior que o grupo CT:  $38,11 \pm 7,89$  imol/g x  $15,86 \pm 5,4$  imol/g ( $p<0,05$ ) respectivamente, e ainda maior que os dois grupos C57BL/6. Em relação à secreção de TNF $\alpha$  os animais C57BL/6 não apresentaram diferença significativa entre os grupos HIPER e CT. Novamente o ApoE<sup>-/-</sup> HIPER apresentou diferença significativa em relação ao grupo CT:  $129,2 \pm 13,5$  pg x  $37,9 \pm 6,6$  pg ( $p<0,05$ ) respectivamente, e também em relação aos dois grupos C57BL/6. Em relação à IL6 animais C57BL/6 HIPER apresentaram maior secreção em relação ao CT:  $78,36 \pm 11,24$  pg x  $14,3 \pm 0,9pg$  ( $p<0,05$ ) respectivamente. O ApoE<sup>-/-</sup> HIPER também apresentou IL6 maior em relação ao grupo CT:  $154 \pm 23,8$  pg x  $55 \pm 16,0$  pg ( $p<0,05$ ) respectivamente, e também maior que os dois grupos C57BL/6. Em relação à atividade de NAG os animais C57BL/6 não apresentaram diferença significativa entre os grupos HIPER e CT. Já o grupo ApoE<sup>-/-</sup> HIPER apresentou atividade maior que o grupo CT:  $2,46 \pm 0,54$  UA x  $0,61 \pm 0,05$  UA ( $p<0,05$ ) respectivamente, e também maior que os dois grupos C57BL/6. De acordo com os resultados apresentados conclui-se que a dieta hiperlipídica causa aumento da adiposidade em ambas as linhagens, e que por sua vez é acompanhada pela maior peroxidação lipídica no tecido adiposo somente no animal ApoE<sup>-/-</sup>, que também teve TNF $\alpha$ , IL6 e macrófagos aumentados em relação aos outros grupos, caracterizando a importante associação de estresse oxidativo e obesidade, representada pelo ApoE<sup>-/-</sup> HIPER, no aumento da inflamação do tecido adiposo.

### ASSOCIAÇÃO ENTRE A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA E ESTADO NUTRICIONAL DE HIPERTENSOS ACOMPANHADOS EM UMA UNIDADE DE SAÚDE DA FAMÍLIA DE CARUARU-PE

Nutrição e Saúde Pública

SILVA, Regina Kátiuska Bezerra; BEZERRA, Raphaella Kathiane; SILVA, Roxana Patrícia Bezerra; ARRUDA, Marcella Moreira.

INSTITUIÇÃO – Secretaria de Saúde do município de Caruaru – Pernambuco/Brasil.

**Objetivo:** Verificar a associação entre a prática regular de atividade física e o estado nutricional de hipertensos atendidos em uma unidade de saúde da família do município de Caruaru. **Métodos:** Trata-se de um estudo transversal analítico, realizado no período de março a maio de 2010. Foram avaliados peso, altura e Índice de Massa Corporal (IMC), onde os adultos foram classificados como eutróficos quando apresentavam IMC entre  $18,5-24,9$  kg/m<sup>2</sup> e com excesso de peso aqueles com IMC  $\geq 25$  kg/m<sup>2</sup> (Organização Mundial de Saúde, 1997) e os idosos foram definidos como eutróficos (IMC entre  $24-27$  kg/m<sup>2</sup>) e excesso de peso (IMC  $\geq 27$  kg/m<sup>2</sup>) (Lipschitz, 1994). A obesidade abdominal foi diagnosticada por meio da Circunferência da Cintura (CC), seguindo os parâmetros da Organização Mundial de Saúde ( $\geq 94$  cm para homens e  $\geq 80$  cm para mulheres). Considerou-se praticante atividade física os que se exercitavam pelo menos trinta minutos com frequência de quatro vezes por

semana. A pesquisa da associação entre variáveis categóricas nominais foi realizada através do teste do qui-quadrado ( $\chi^2$ ), resultando na determinação dos percentuais (%), Razão de Prevalência (RP) e respectivo Intervalo de Confiança de 95%. O nível de significância estatístico adotado foi de 5%. **Resultados:** A amostra envolveu 163 indivíduos hipertensos, com idade entre 21 e 93 anos. Foi observado a maior frequência de eutrofia nos praticantes de atividade física (31,5%), quando comparado aos sedentários (18,9%), sendo mais prevalente no sexo masculino (RP=0,21; IC<sub>95%</sub>: 0,09-0,51;  $p < 0,0001$ ). O excesso de peso foi identificado em 57/72 (79,7%) dos praticantes de atividade física e em 59/91 (64%) dos sedentários, resultando em diferença estatística significativa (RP=1,24; IC<sub>95%</sub>: 1,03-1,51;  $p=0,04$ ). Obesidade abdominal esteve presente em 91,9% dos sedentários (RP=1,15; IC<sub>95%</sub>: 1,02-1,30;  $p=0,05$ ), sem diferença estatística significativa com relação ao sexo ( $p=0,31$ ). **Conclusão:** Podemos inferir que o sedentarismo mostrou-se como fator de risco para o desenvolvimento do sobrepeso/obesidade, sendo observado um elevado número de indivíduos com acúmulo abdominal de tecido adiposo, especialmente no grupo de sedentários. Desta forma, a atividade física se comportou parcialmente como estratégia de proteção contra o excesso de peso e o acúmulo de gordura abdominal na população estudada. **Palavras-chave:** Atividade física, estado nutricional, hipertensos, adultos, idosos.

#### ATIVIDADE FÍSICA NO AMAZONAS: PERSPECTIVAS SOBRE A IMPORTÂNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA E SUAS DIFICULDADES ENTRE HOMENS DA ZONA RURAL E URBANA DO MUNICÍPIO DE COARI/AM

Nutrição Esportiva

1. LIRA, K. S. NESC-SOL/IBS/UFAM/COARI/AMAZONAS
2. MIRANDA, E. D. UEA/COARI/AMAZONAS
3. SOUZA, C. S. M. NESC-SOL/FM/UFAM/MANAUS/AMAZONAS
4. TAVARES, B. M. NESC-SOL/ISB/UFAM/COARI/AMAZONAS

**Apresentador do Trabalho:** Kaliny de Souza Lira

**Objetivo:** Analisar a divergência de pensamentos sobre a importância da atividade física na vida dos homens do município de Coari (zona rural e urbana), assim como as dificuldades encontradas para a sua realização, dentre suas particularidades cotidianas. **Metodologia:** Foi aplicado questionário semi-estruturado com indivíduos do sexo masculino, moradores da zona rural e urbana do município de Coari, ambos adultos, conforme os preceitos da pesquisa qualitativa a amostra foi composta de 43 entrevistas definido a partir das reincidências de informações. **Resultados:** Foi observado entre os homens da zona rural de Coari, que a importância da atividade física traz benefícios a saúde física e mental, além da sua prática está atrelada ao lazer. Já os homens da zona urbana relataram a importância da atividade física tanto para a melhoria da saúde, quanto para a estética corporal. No que se referem às dificuldades, ambos os grupos estudados revelaram em maioria não ter dificuldades para a realização das atividades, porém alguns justificam a falta da prática das atividades por doenças, dores e falta de tempo. **Conclusão:** A diferença dos padrões sócio-culturais entre os homens da zona rural e urbana de um município da Região Amazônica tornam-se evidentes quanto à importância trazida pela atividade física (saúde física e mental *versus* saúde e estética), porém assemelham-se quantos as dificuldades para realizá-la.

#### ATIVIDADE PROTETORA CARDIOVASCULAR DO SUCO DE LARANJA VERMELHA EM INDIVÍDUOS ADULTOS

Nutrição Clínica

LIMA, C. G.\*; SILVEIRA, J. Q.; BASILE, L. G.; MANJATE D.A., CÉSAR, T. B.

Universidade Estadual Paulista – UNESP, Araraquara, Brasil

**Objetivo:** investigar o efeito do consumo regular do suco de laranja vermelha sobre a proteína C reativa, perfil lipídico e hemodinâmico em adultos normolipídicos. A laranja vermelha é uma variedade da Valência, com polpa de cor avermelhada devido à presença de licopeno. Estudos clínico-nutricionais são necessários para caracterizar as propriedades funcionais desta espécie típica do sudeste brasileiro. **Metodologia:** os indivíduos receberam doses diárias de 750 mL de suco de laranja vermelha pasteurizado durante 8 semanas. Para a avaliação bioquímica foram realizadas dosagens de colesterol total (CT), LDL-C, HDL-C, triglicérides (TG), apolipoproteínas (apo) AI e B e proteína C reativa (PCR). Foi verificada a pressão arterial sistólica (PAS) e a diastólica (PAD) para a determinação do perfil hemodinâmico. Todas as avaliações foram realizadas no início do período experimental (início da semana 1) e após o tratamento dietético (final da semana 8). **Resultados:** entre os participantes do estudo (n=26), 16 eram eutróficos e 10 tinham excesso de peso. Após o período experimental houve redução de 12% no CT, 13% no LDL-C e 8% na apo B ( $p < 0,05$ ) dos indivíduos eutróficos, enquanto nos indivíduos com excesso de peso o CT reduziu 6% e o LDL-C 10% ( $p < 0,05$ ). Foi verificada redução no HDL-C e apo AI nos indivíduos eutróficos e com excesso de peso, refletindo a redução do colesterol sérico total. Não houve alteração significativa do TG nos indivíduos eutróficos ou com excesso de peso. A PCR reduziu em 33% ( $p < 0,05$ ) e a PAS em 4% ( $p < 0,05$ ) nos indivíduos eutróficos. **Conclusão:** o consumo regular do suco de laranja vermelha mostrou atividade protetora cardiovascular nos indivíduos eutróficos e com excesso de peso, propriedades antiinflamatória e hipotensiva nos indivíduos eutróficos. Estudos futuros são necessários para estabelecer as possíveis propriedades funcionais da laranja vermelha.

**Palavras Chave:** suco de laranja vermelha, colesterol sérico, pressão arterial, proteína C reativa, propriedades funcionais.

\* Autora que irá apresentar o trabalho.

#### ATUAÇÃO DA CENTRAL TELEFÔNICA DE NUTRIÇÃO CLÍNICA PARA ADEÇÃO DA DIETA E DE TRATAMENTO PARA PACIENTES DIABÉTICOS DE PLANO DE SAÚDE DE REDE PRIVADA DE SANTO ANDRÉ.

Nutrição Clínica

Belentani, C.; Matsuda, F.; Amaral, L.;

Santa Helena Assistência Médica – Santo André, SP

**Objetivos:** Oferecer aos pacientes diabéticos da Santa Helena Saúde - Santo André os benefícios da central telefônica de nutrição para reeducação e controle alimentar. Adesão ao tratamento dietoterápico. **Metodologia:** O estudo avaliou através de contato telefônico mensal o perfil dietoterápico e controle de dextro e hemoglobina glicada de 148 pacientes diabéticos, sendo mulheres 61% e 39% homens, com idade entre 35 e 80 anos, no período de março a agosto de 2009 do plano de Saúde privado Santa Helena Assistência Médica de Santo André- SP. **Resultados:**

RESULTADOS	Faz controle de dextro	Adesão a dieta	Hemoglobina Glicada
Primeiro contato telefônico	2%	35%	8,50%
Após 6 meses de contato telefônico mensal	78,00%	85%	7,30%

**Conclusão:** O trabalho mostra que houve melhora significativa da adesão da dieta e diminuição da média de hemoglobina glicada dos paciente do projeto de acompanhamento e monitoramento com orientações nutricionais por telefone, comprovando assim a eficácia do projeto da central telefônica como tratamento adjuvante para o controle de diabetes.

#### AVALIAÇÃO ANTROPOMÉTRICA E DA INGESTÃO ALIMENTAR DE UM TIME DE FUTEBOL DA SEGUNDA DIVISÃO DA REGIÃO SUL FLUMINENSE

Nutrição Esportiva

Gonçalves, L.S<sup>1</sup>; Souza, E.B.<sup>2</sup>

1. Discente do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Volta Redonda - UniFOA

2. Mestre em Nutrição Humana. Docente do UniFOA AUTOR APRESENTADOR

O futebol pode ser considerado um esporte de endurance, promovendo assim um gasto calórico alto de seus praticantes. Logo, uma ingestão alimentar adequada favorece o balanço energético ideal, proporcionando ao atleta começar os jogos com níveis ótimos de glicogênio muscular, o que é fundamental para melhorar o desempenho. O presente estudo tem como objetivo realizar um levantamento do perfil nutricional e da ingestão alimentar de jogadores de futebol de uma equipe profissional da segunda divisão do Estado do Rio de Janeiro. Trata-se de um estudo descritivo, realizado com atletas profissionais. Foi aplicado um questionário para realizar um levantamento do perfil da amostra. Variáveis antropométricas foram avaliadas (peso, estatura, IMC, circunferências e dobras cutâneas), e para análise da ingestão alimentar utilizou-se um recordatório alimentar de 24 horas um dia após um jogo pelo campeonato estadual da 2ª divisão do Rio de Janeiro. A amostra foi composta por 12 jogadores, com média de idade de 23 anos ( $\pm 2,13$ ). Com relação as variáveis antropométricas, foi observado uma média de peso de 74,5 kg ( $\pm 9,88$ ), estatura de 1,80 m ( $\pm 0,09$ ), IMC de 23,4 kg/m<sup>2</sup> ( $\pm 1,21$ ) e percentual de gordura de 10,8% ( $\pm 1,52$ ). A maioria (n = 7) dos entrevistados realiza 5 refeições ao dia, sendo que grande parte destas refeições são consumidas na concentração do clube. Apenas 1 entrevistado acha que a alimentação não influencia no seu rendimento esportivo, e quando questionados se trabalharam com nutricionistas nos clubes em que atuaram, a maioria (n = 8) respondeu que raramente ou nunca. De acordo com a análise dos recordatórios, todos os atletas ingeriram menos calorias do que o recomendado e, nenhum participante conseguiu atingir as recomendações mínimas de folato, cálcio, magnésio, potássio, iodo e ácido pantotênico. Apenas dois jogadores afirmaram nunca terem consumido nenhum tipo de suplemento alimentar e/ou alimentos para fins específicos. Os demais que responderam já ter utilizado (ou ainda utilizam), apontaram o BCAA como produto mais consumido, sendo que 4 atletas consumiram ou consomem este produto por conta própria. Conclui-se que, apesar dos atletas perceberem a importância da alimentação

no desempenho esportivo, nenhum jogador apresentou uma alimentação equilibrada, sendo este fato justificado pela ausência do nutricionista na equipe. Sugere-se a inserção deste especialista na comissão técnica não só deste time, mas de todos os clubes esportivos profissionais, objetivando não só a performance dos atletas, mas também a saúde como um todo.

#### AVALIAÇÃO DA ADEQUAÇÃO NUTRICIONAL DA MERENDA ESCOLAR DE UMA ESCOLA PÚBLICA DA REGIÃO METROPOLITANA DE BELO HORIZONTE/MG

Nutrição e Saúde Pública

BANDEIRA, F. F.<sup>1,2</sup>; FERRAZ, A. L.<sup>1</sup>; FERREIRA, D. C. B.<sup>1</sup>; SILVA, D. L.<sup>1</sup>; MOURA, M. S. C.<sup>1</sup>

1 – Nutricionistas; 2- Especialista em Nutrição Geriátrica

Local, Cidade e País: Unidade de Alimentação e Nutrição, Belo Horizonte – MG, Brasil

Autor apresentador: Fernanda Fortini Bandeira

O Programa de Merenda Escolar (PME) foi instituído pelo esforço e dedicação de um grupo de nutricionistas preocupados com a situação alimentar do escolar. Este Programa sofreu várias reformulações e denominações, quando passou a se chamar Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) como hoje é conhecido. A elaboração dos cardápios e a aquisição dos produtos passaram para os estados e municípios, que, com a orientação de nutricionistas habilitados e sob a supervisão do Conselho de Alimentação Escolar passaram a respeitar os hábitos locais, a vocação agrícola de cada região, possibilitando a utilização dos produtos in natura. O objetivo do estudo foi avaliar se as metas do Programa Nacional de Alimentação Escolar estavam sendo cumpridas. Os dados foram coletados em uma escola municipal, situada na região metropolitana de Belo Horizonte. O consumo alimentar foi avaliado utilizando-se a análise da quantidade oferecida em medidas caseiras. A quantificação dos alimentos quanto ao consumo de energia e de nutrientes foi analisado através da utilização de tabelas de composição de alimentos. Foi aplicado um “check-list” para verificar a forma de estocagem de alimentos perecíveis e não-perecíveis. Foi observado que os cardápios foram modificados durante a semana, de acordo com os alimentos disponíveis, exceto a sexta-feira, onde o cardápio fornecido foi aplicado de acordo com o proposto. As refeições da segunda-feira, quarta-feira e quinta-feira não ofereciam as quantidades de calorias recomendadas. As frutas eram servidas duas vezes na semana, de acordo com o estipulado, sendo sua função complementar o total energético. Também foi observado que na quinta-feira e sexta-feira houve um excesso de calorias. Através do “check-list” aplicado, constatou-se que os produtos foram estocados parcialmente de forma adequada, com exceção de alguns itens, como, os produtos perecíveis recebidos não foram retirados das embalagens de transporte; as vasilhas não estão em lugares limpo e seguro; as frutas não são lavadas em solução de hipoclorito. De acordo com os resultados houve excesso e carência de valores energéticos, onde percebemos que a retirada da fruta nos dias em que houveram excesso de calorias,

e o acréscimo desta nos dias em que houveram carência, auxiliaria no equilíbrio do cardápio, deixando as necessidades diárias corretas. A quantidade de alimento fornecida por porção aos alunos é correta em determinados dias, porém a criança teria que comer apenas uma vez, caso contrário, a criança que repetisse estaria ingerindo maior quantidade de calorias do que o estipulado pelo PNAE. A qualidade da merenda escolar, depende de vários aspectos técnicos, ela não se encerra na aquisição do produto, mas, nas condições higiênico-sanitárias durante o transporte, estocagem, preparo e manuseio, até o seu consumo pelos alunos. Diante disso, os pontos do “check-list” que não estão sendo cumpridos devem ser reparados.

#### AVALIAÇÃO DA ADESAO NA MERENDA ESCOLAR PELOS ALUNOS DE UMA ESCOLA ESTADUAL DE UBERABA – MG

Nutrição e Saúde Pública

GOLLINO, L.<sup>1</sup>; ROQUE, V. S.

Universidade Federal do Triângulo Mineiro – UFTM, Uberaba – MG, Brasil.

<sup>1</sup> Loraine Gollino, acadêmica do Curso de Graduação de Nutrição da UFTM.

**Introdução:** A Escola fornece uma alimentação saudável e nutritiva através das normas do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), mas não são todos os alunos que as consome. Vários estudos observam a baixa adesão diária dos alunos ao programa e que os estudantes referem desde a falta de espaço para o consumo da refeição até mesmo na temperatura inadequada do alimento a ser fornecido e no porcionamento dos mesmos. O presente trabalho teve como o objetivo de verificar a quantidade de alunos, do período matutino, que consomem a merenda escolar em uma Escola Estadual do Município de Uberaba – MG e identificar os principais motivos. Houve a distribuição de um curto questionário para os 163 alunos presente na escola, perguntando: Você costuma comer a merenda/alimentação da escola? Se sim, por quê? Se não, por quê? Foram obtidas 104 respostas positivas, que consomem a alimentação fornecida pela escola, e 59 respostas negativas. As respostas mais identificadas foram os relatos: Gostam da comida 77 (47,2%) alunos, 16 (9,8%) Não gostam da comida, 26 (15,9%) Sentem fome, 23 (14,1%) Não sentem fome, 6 (3,7) Não possui hábito de se alimentar no horário do lanche, 2 (1,2%) Consideram inapropriado o horário da merenda, 1 (0,6%) Sente mal ao alimentar-se pela manhã, 3 (1,8%) Possuem vergonha de alimentar-se da merenda, 3 (1,8%) Duvidam da higienização da merenda, 3 (1,8%) Às vezes se alimentam da merenda, 1 (0,6%) Outras pessoas pediram para o aluno não consumir a merenda, 3 (1,8%) Sem respostas. Conclusão: É considerável o número de estudantes que consomem a alimentação fornecida pela escola, mas não são todos e, assim, é importante considerar os questionamentos dos alunos para que alguns aspectos sejam melhorados para aumentar a adesão ao programa, pois a interpretação do percentual dos alunos que não consomem a merenda escolar pode ser considerada um desperdício de recurso público.

#### AVALIAÇÃO DA DIETA LÍQUIDA DE PACIENTES INTERNADOS EM UM HOSPITAL PARTICULAR DE BELÉM - PA

Nutrição Clínica

SALGADO, N.<sup>1</sup>; CARVALHO, J.<sup>1</sup>; COSTA, L.<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade Federal do Pará (UFPA) – Belém –Pará- Brasil

Autor apresentador: Nayana de Almeida Salgado

**Objetivo:** Verificar o aporte calórico e a composição de macronutrientes da dieta líquida completa oferecida para pacientes internados em um hospital particular de Belém-Pa. **Metodologia:** Foram analisados três dias da dieta líquida completa padrão ofertada para pacientes adultos. Os ingredientes foram identificados através de Fichas Técnicas de Preparação. As preparações foram porcionadas pelas copeiras e pesadas em balança digital Lider 1050. A análise nutricional foi realizada por meio do programa Avanutri versão 4.0. **Resultado:** Os valores encontrados para o total de calorias foram: 1381,49 kcal; 1199,73 kcal e 1176,14 kcal. A composição de carboidrato na dieta obteve média de 76,31%, de proteína 12,98% e de lipídio 10,69%. Portanto, a dieta ofertada é hiperglicídica, normoprotéica e hipolipídica. No que se refere a calorias, supõe-se que a dieta é hipocalórica, visto que o paciente internado apresenta risco de desnutrição intra-hospitalar e diversas patologias em que esta dieta é indicada apresentam fator injúria elevado. **Conclusão:** Sugere-se a utilização de suplementos nutricionais e adequação de macronutrientes através da adição de ácidos graxos polinsaturados e monoinsaturados, o que conseqüentemente aumentaria o aporte calórico, evitando assim o balanço energético negativo.

#### AVALIAÇÃO DA DIETA OFERTADA PARA DIABÉTICOS EM UM HOSPITAL PARTICULAR BELÉM-PA

Nutrição Clínica

CARVALHO, J.<sup>1</sup> ; SALGADO, N.<sup>1</sup>; COSTA, L.<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade Federal do Pará (UFPA) – Belém-Pa - Brasil

Autor apresentador: Juliana Burlamaqui Carvalho

**Objetivo:** Analisar a composição da dieta hospitalar padrão para diabetes tipo 2. **Metodologia:** Foram analisadas as dietas para diabéticos durante três dias, compostas de seis refeições em um Hospital particular de Belém-Pa. No total, foram analisadas 18 refeições. Os ingredientes foram identificados através de Fichas Técnicas de Preparação. As preparações foram porcionadas pelas copeiras e pesadas em balança digital Lider 1050. A dieta foi analisada segundo as recomendações da Sociedade Brasileira de Diabetes (SBC), (2006). O cálculo nutricional foi realizado por meio do programa Avanutri versão 4.0. **Resultado:** O cardápio ofertado é do tipo luxo, observou-se que a dieta ofertada se caracterizou como hiperproteica com média de 24,06% de proteína, normoglicídica com média de 53,68% de carboidratos e normolipídica com média de 22,24% de proteína e baixo teor de fibra com média de 19,23g. Além disto, apresenta teor de colesterol adequado (média 280,36mg). **Conclusão:** Sugere-se adequação da dieta ofertada em relação à quantidade de fibras para auxiliar no controle do índice glicêmico e redução da quantidade de proteína ofertada, para evitar sobrecarga renal.

#### AVALIAÇÃO DA ESTRUTURA FÍSICO-FUNCIONAL DAS UNIDADES DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO DE HOSPITAIS PÚBLICOS ESTADUAIS DE GOIÂNIA, GO E REGIÃO METROPOLITANA

Food Service/Gastronomia

BATISTA, C. M.; SPINI, P. C.; ALVES, J. R. R.; CAMPOS, M. R, H.; ASSIS, E. M.

Faculdade de Nutrição, Universidade Federal de Goiás, Goiânia, Brasil  
Autor que irá apresentar: BATISTA, C. M. (Camila Moura Batista)

O objetivo desta proposta foi avaliar a estrutura física e funcional das UANs de quatro hospitais estaduais de Goiânia, GO e região metropolitana. Foram selecionados os hospitais de maior destaque na saúde pública do Estado. Em Goiás, empresas concessionárias contratadas por licitação pública administram as UANs dos hospitais públicos estaduais. Os dados foram coletados entre os meses de setembro de 2009 e março de 2010. Neste período foram realizadas três visitas em cada UAN destes hospitais. A avaliação das condições físico-funcionais desses estabelecimentos foi realizada utilizando-se como instrumento um formulário semi-estruturado *check list*, previamente testado, elaborado de acordo com recomendações e normas contidas no Manual da Associação Brasileira das Empresas de Refeições Coletivas - ABERC, 2009, RDC 216 de 15 de setembro de 2004, e portaria número 6/99, de 10 de março de 1999, do Centro de Vigilância Sanitária do Estado de São Paulo. Foram pesquisados aspectos gerais de recursos humanos, condições ambientais, instalações, edificações e saneamento, equipamentos, sanitização, produção, embalagem e rotulagem, controle de qualidade, instalações sanitárias e vestiários para os manipuladores. Foi realizada observação direta no local, entrevista com o nutricionista responsável pela unidade nas questões de conhecimento específico, como dados de controle de saúde dos funcionários, assim com verificação de documentação específica. Dos 184 itens avaliados, verificou-se 25,5% de inconformidade na UAN do hospital 1, 16,8% no hospital 2, 13,6% no hospital 3 e 17,4% no hospital 4. As principais inconformidades encontradas nos hospitais 1, 3 e 4 (100%, 50% e 50% respectivamente) relacionam-se aos aspectos gerais de Condições Ambientais, já no hospital 2 os aspectos gerais de Instalações, Edificações e Saneamento apresentaram o maior número de inconformidades (34,8%). Dentre os demais itens avaliados referentes a aspectos funcionais, os que apresentaram maiores inconformidades foram os aspectos gerais de Recursos humanos, Produção e Controle de Qualidade. O hospital com maior deficiência nos aspectos de Recursos Humanos foi o 1 que apresentou 31,6% de itens não conformes seguido pelo hospital 3 com 21%, hospital 4 com 10, 5% e por fim o hospital 2 com 5,3%. Já quanto aos aspectos funcionais, o hospital 4 foi o que apresentou maiores inconformidades que foram observadas em 13,4% de seus itens, seguido pelos hospitais 1 (11,9%), 3 (9%) e 2 (7,5%), respectivamente. Referente ao Controle de Qualidade, os hospitais 1, 2 e 3 apresentaram ambos 16,7% de inconformidades e o hospital 4 33,3%; geralmente relacionadas a itens como inadequação dos uniformes das copeiras ou a ausência dos Procedimentos Operacionais Padronizados – POPs, ou ainda, ausência de adequado controle de temperatura. Conclui-se que devido às muitas deficiências encontradas tanto relacionadas com a estrutura física quanto aos aspectos funcionais e de controle de qualidade, fica evidente a necessidade de investimentos para reforma e adequação do espaço físico, critérios mais rigorosos para a contratação dos serviços, previstos nos editais de licitação e futuros contratos, capacitação contínua dos manipuladores e controle de todas as etapas do processo de produção, garantindo assim a qualidade satisfatória das refeições fornecidas por estes estabelecimentos.

#### **AVALIAÇÃO DA FREQUÊNCIA ALIMENTAR DE PRÉ-ESCOLARES DE UMA ESCOLA PARTICULAR DO MUNICÍPIO DE BELÉM-PA.**

Nutrição e Saúde Pública

**Autores:** BARBOSA, D. R. S.; FRANÇA, T. S.; LINS, R. T.; SOUZA, A. M. D. – Instituição: Universidade da Amazônia (UNAMA), Belém/Pará- Brasil.

**Apresentadora:** Danielle Rocha da Silva Barbosa

**OBJETIVO:** Identificar o consumo alimentar dos pré-escolares através do questionário de frequência alimentar de uma escola particular do Município de Belém-PA. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo transversal, constituído de levantamento de dados através do questionário de frequência alimentar de 60 (sessenta) alunos, aplicado em junho de 2010. Foram incluídas as crianças com idade entre 24 (vinte e quatro) e 72 (setenta e dois) meses regularmente matriculadas, cujos responsáveis concordaram em assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Todos os participantes da presente pesquisa foram estudados segundo os preceitos da Declaração de Helsinque e do Código de Nuremberg, respeitadas as Normas de Pesquisa Envolvendo Seres Humanos (Res. CNS 196/96) do Conselho Nacional de Saúde, aprovação pelo Comitê de Ética da Universidade da Amazônia processo FR Nº 335009/10, Gerência da Sociedade Civil Educacional Escolinha Mendara LTDA e pelos participantes, por meio de Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Os pais responderam um questionário de frequência alimentar, abordando questões sobre o consumo alimentar das crianças durante um mês. **RESULTADOS:** Dos alimentos mais consumidos diariamente foram: (78,3%) leite, (71,7%) arroz, (53,3%) feijão, (48,3%) espessantes, (46,6%) pão e frutas *in natura*. E os alimentos consumidos 3 vezes na semana foram: (36,7%) carne bovina, (30%) pão, (28,3%) biscoito sem recheio e iogurte, (26,7%) feijão e (25%) frango e queijo. Para os alimentos menos consumidos foram: (65%) leite fermentado, (48,3%) suco artificial (tipo Tang®) e bife de fígado de boi, (43,3%) presunto/ mortadela. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que há uma falta de verduras e legumes no cardápio das crianças. Então tornasse precária a pouca variedade na alimentação dos mesmos. Podendo futuramente gerar uma possível doença crônica não transmissível como: doenças cardiovasculares, o diabetes e a obesidade.

#### **AVALIAÇÃO DA FREQUÊNCIA DO CONSUMO ALIMENTAR DE ALUNOS DO CURSO DE NUTRIÇÃO DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO - UFMA**

Nutrição e Saúde Pública

ROCHA, N P<sup>1</sup>; MACHADO, A T S<sup>1</sup>; CAVALCANTE, L P<sup>1</sup>; PADILHA, L L<sup>1</sup>; CANTANHEDE, R C A<sup>1</sup>; SANTOS, S J L<sup>1</sup>; MACHADO, S P<sup>2</sup>

1. Acadêmica do Curso de Nutrição da Universidade Federal do Maranhão

2. Professora Assistente da Universidade Federal do Maranhão Universidade Federal do Maranhão- UFMA, São Luís-MA

Apresentador: Naruna Pereira Rocha

**Objetivo:** Avaliar a frequência de consumo alimentar em alunos do curso de nutrição da Universidade Federal do Maranhão.

**Metodologia:** Realizou-se inquérito alimentar de delineamento transversal com um grupo de 28 estudantes universitários do curso de nutrição, de ambos os sexos, utilizando questionário de frequência alimentar (QFA) auto-aplicativo. O estudo foi executado após consentimento dos estudantes, mediante assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido. **Resultados:** Entre os indivíduos pesquisados, a idade variou entre 17 a 26 anos. Quanto ao consumo

alimentar, somente 25% dos entrevistados tinham o costume de comer diariamente salada do tipo crua. O consumo de legumes e verduras cozidos diariamente foi relatado por 7,14% dos estudantes; cerca de 17,86% apresentavam o hábito de comer frutas frescas todos os dias. Quanto ao consumo de feijão foi encontrado um consumo de 21,43%, os quais consumiam sempre. Nessa amostra o consumo de batata frita, batata de pacote e salgados fritos foi de 39,29% que relataram o consumo diário. Cerca de 42,86% consumiram hambúrgueres e embutidos nos últimos 5 dias da semana pesquisado. Em relação ao consumo de bolachas/biscoitos salgados foi encontrada uma frequência de consumo de menos de cinco vezes na semana de 50% dos entrevistados. No que se relaciona ao consumo de bolachas/biscoitos recheados, 82,15% chegavam a consumir por até duas vezes na semana. Quanto ao consumo de refrigerantes 25% dos universitários não haviam consumido nos últimos sete dias, e 3,57% relataram consumo diário. **Conclusão:** O presente estudo permitiu observar que os indivíduos avaliados consomem frutas e verduras em frequência inferior ao que é recomendado, e que possuem um consumo elevado de alimentos industrializados, o que coloca o grupo em risco para o possível desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis. Mais estudos são indicados para avaliar este consumo em termos quantitativos.

#### AVALIAÇÃO DA FREQUÊNCIA E CONDIÇÕES DE CONSUMO DE CHÁS COADJUVANTES NA REDUÇÃO DE PESO ENTRE MULHERES NA CIDADE DE SALVADOR-BA.

Nutrição e Saúde Pública

MENDES, A.C.R.; AVELAR, A.; RIOS C.S.; BRITO, S.; BRITO, T.  
Departamento de Ciências da Vida – Universidade do Estado da Bahia-UNEB. Salvador-BA. Brasil Apresentador: Ana Cristina R. Mendes

Há milhares de anos, o homem utiliza os recursos da flora no tratamento de diversas patologias. Há relatos do uso de plantas com finalidades terapêuticas por volta de 3.000 a.C. na obra *Pen Ts'ao* do chinês Shen Nung (KO, 1999; TYLER, 1996). Através da observação e experimentação ao longo dos séculos, as propriedades terapêuticas de determinadas plantas foram descobertas e propagadas de geração em geração, fazendo parte da cultura popular. Segundo a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), "*Chá é o produto constituído de uma ou mais partes de espécie(s) vegetal(is) inteira(s), fragmentada(s) ou moída(s), com ou sem fermentação, tostada(s) ou não, constantes de Regulamento Técnico de Espécies Vegetais para o Preparo de Chás*". O produto pode ser adicionado de aroma e/ou especiaria para conferir aroma e/ou sabor. No Brasil, os chás são classificados como produtos alimentícios, não necessitando, assim, de registro em órgão federal competente. Neste caso, é imprescindível o cadastro de isenção no rótulo dos produtos, para fins de monitoramento de mercado. Considerando a escassez de trabalhos conclusivos nessa linha de pesquisa, o pouco esclarecimento da população a respeito desses tipos de chás além dos mitos e controvérsias que cercam este assunto, o presente estudo busca avaliar a frequência e as condições de consumo de chás coadjuvantes na perda de peso por mulheres na cidade de Salvador-BA. Foram investigadas 400 mulheres, com idade entre 14 e 70, consumidoras ou não destes tipos de chás, através de aplicação de questionário estruturado auto-preenchível. Os resultados

evidenciaram que as consumidoras de chás coadjuvantes na perda de peso representam 36,5% da amostra, contra 63,5% que não o fazem. O consumo é feito diariamente (74,4%), a maioria por iniciativa própria (30,1%), geralmente em sachês (43,2%) adquiridos em lojas especializadas (34,2%) e farmácias (30,8%), levando em consideração marca, propriedades alegadas no rótulo e efeito emagrecedor. Conclui-se que o uso dos chás coadjuvantes na perda de peso deve ser feito de modo criterioso e baseado em evidências científicas. Mais estudos controlados e randomizados são necessários para investigar os possíveis benefícios e riscos dos chás para esclarecimento da população.

**Palavras-chaves:** chás, perda de peso, consumo, frequência,

#### AVALIAÇÃO DA INGESTÃO CALÓRICA DE CRIANÇAS COM OBESIDADE SEM ENDOCRINOPATIAS ASSOCIADAS ATENDIDAS NO AMBULATÓRIO DE DISTÚRBIOS NUTRICIONAIS EM PEDIATRIA.

Nutrição Clínica

Esbrogeio, M.<sup>1</sup>; Argentato, P. P.<sup>1</sup>; Magri, N. D.<sup>1</sup>; Luz S. A. B.<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Graduandos do Curso de Nutrição da Universidade Federal do Triângulo Mineiro. Uberaba / Brasil. <sup>2</sup>Professora Assistente II do Curso de graduação em Nutrição da Universidade Federal do Triângulo Mineiro. Uberaba / Brasil.

**Introdução:** A obesidade é uma doença crônica caracterizada pelo acúmulo excessivo de tecido adiposo localizado em todo corpo. Ela é considerada uma doença nutricional preocupante, que acomete tanto adultos quanto crianças. O aumento do consumo de alimentos gordurosos com alta densidade energética e a diminuição na prática de exercícios físicos são os dois principais fatores ligados ao meio ambiente que colaboram para o aumento da prevalência da obesidade. **Objetivo:** Avaliar a ingestão calórica (Kcal) da dieta de crianças com obesidade sem endocrinopatias associadas. **Metodologia:** A amostra foi obtida no Ambulatório de Distúrbios Nutricionais em Pediatria da Universidade Federal do Triângulo Mineiro no período de 08/02 a 30/05/2010 e caracterizada segundo sexo e faixa etária. Realizou-se um recordatório de 24 horas com cada criança para calcular a quantidade calórica (Kcal) ingerida. A planilha do Microsoft Excel 2007, as tabelas de composição de alimentos (TACO e TBCA-USP) e de medidas caseiras (Pinheiro, ABV et al, 2008.) foram utilizadas para o cálculo. Com a média da idade para ambos os sexos, encontrou-se o peso ideal segundo a WHO (2007) e calculou-se o gasto energético total ideal (a equação utilizada foi a da OMS, 1985 para meninos e meninas de 3 a 10 anos de idade e fator atividade física de 1,5 para atividades muito leves). Comparou-se o gasto energético total ideal para essas crianças com a média das calorias ingeridas encontradas a partir do recordatório de 24 horas. O percentual de adequação utilizado para a dieta foi de 90 a 110 %. **Resultados:** Das 30 crianças atendidas, 9 (30%) eram do sexo masculino e 21(70%) do sexo feminino. As crianças do sexo masculino obtiveram uma média de 7,6 ± 2,3 anos de idade e 1.612,44 ± 369,5 Kcal e o percentual de adequação encontrado foi de 103,4%. Já as crianças do sexo feminino obtiveram uma média de 7,8 ± 2,7 anos de idade e 1.653,02 ± 490,85 Kcal e o percentual de adequação foi de 105,9%. A média da ingestão calórica ideal seria de 1.558,5 Kcal e de 1.559,7 Kcal para o sexo masculino e feminino respectivamente. **Conclusão:** A ingestão calórica média tanto das crianças do sexo masculino quanto do sexo feminino está adequada. No entanto, deve-se avaliar não somente a quantidade calórica

ingerida, mas também a qualidade dos alimentos consumidos, uma vez que a compra de produtos industrializados contendo elevadas quantidades de gorduras, açúcares e sódio, está ocorrendo com uma frequência relativamente alta pelas crianças, levando-as à obesidade. Essa doença traz consigo inúmeras co-morbidades associadas que implicam em sérios problemas, cujo melhor tratamento é a prevenção. Portanto, hábitos de vida saudáveis, práticas diárias de atividade física somadas à educação nutricional, são pontos importantes que devem ser incentivados para diminuir tal prevalência.

### **AVALIAÇÃO DA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM PACIENTES OBESOS APÓS ORIENTAÇÃO NUTRICIONAL EM UMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE NA CIDADE DE JOINVILLE/SC.**

Saúde Pública

Associação Educacional Luterana Bom Jesus IELUSC - Joinville – SC - Brasil

LIMA, TDF; JACOB, TSBR

Apresentação do trabalho: Talita Direziansdy Fontany Lima

**OBJETIVO:** O presente estudo teve como objetivo avaliar a prática de atividade física em pacientes obesos após orientação nutricional em uma Unidade Básica de Saúde na Cidade de Joinville/SC.

**METODOLOGIA:** Trata-se um estudo transversal, descritivo e intervencional. Participaram deste estudo pacientes na faixa etária entre 8 e 75 anos de idade, portadores de obesidade. Os pacientes foram avaliados em dois períodos distintos. No primeiro momento foi classificado o estado nutricional através do IMC, investigado se praticava atividade física, houve orientação nutricional e estímulo à prática. No segundo, recalculado o IMC e a verificação da adesão à prática de atividade física através de uma ficha de acompanhamento que continha os seguintes dados: sexo, prática de atividade física, duração da atividade física e impedimento por patologias à realização da atividade física, e os seguintes indicadores antropométricos: peso atual (kg), altura (cm), idade. Foram realizadas orientações nutricionais associadas à prática de atividade física.

**RESULTADOS E DISCUSSÕES:** Dos pacientes avaliados 24% eram do sexo feminino e 76% do sexo masculino. A faixa etária de maior prevalência representou 68% com idade entre 20 e 59 anos, em seguida 24% dos indivíduos acima de 60 anos, com 5% os indivíduos entre 11 e 19 anos e com 3% da amostra de 0 a 10 anos. Em relação à prática de atividade física observou-se que 27% dos pacientes que retornaram, no período de 1 mês, após a orientação nutricional, adquiriram a prática à sua rotina. Quanto aos resultados relativos ao peso dos pacientes que retornaram após orientação, houve 66% de perda ponderal, 32% de ganho de peso e 2% mantiveram o peso. Dos que perderam peso 26% realizaram atividade física, os outros 74% não aderiram à prática de atividade física e tiveram perda ponderal apenas com a orientação nutricional. A perda de peso dos pacientes variou entre 0,2 a 7 Kg.

**CONSIDERAÇÕES FINAIS:** Com bases nos resultados obtidos, observou-se maior prevalência de indivíduos sedentários e a maior parte não apresentavam impedimento para prática da atividade física, favorecendo assim, maior risco de desenvolvimento de doenças cardiovasculares, doenças crônicas degenerativas entre outras. Apesar do breve período de acompanhamento nutricional, notaram-se mudanças positivas nos hábitos de vida, como por exemplo, aumento de 7% da prática da atividade após a orientação nutricional, no período de 1 mês de intervenção, juntamente com a perda ponderal.

Contudo é importante ressaltar o acompanhamento nutricional de maneira contínua estimulando a prática da atividade física como aliada aos hábitos de vida saudáveis, que sem dúvida fatores imprescindíveis para minimizar os efeitos deletérios da obesidade.

### **AVALIAÇÃO DA PRODUÇÃO DE ÓXIDO NÍTRICO E LIBERAÇÃO DE CITOCINAS POR MACRÓFAGOS APÓS O TRATAMENTO COM DO SUCO DE LARANJA E GLICOSIL HESPERIDINA**

Nutrição Clínica

Autores: DOURADO, G.K.Z.S.; RIBEIRO, L.C.A.; MAIA, D.C.G.; FERREIRA, L.S.; CARLOS, I.Z.; CÉSAR, T.B.

Universidade Estadual Paulista “Julio de Mesquita Filho” – Laboratório de imunologia Clínica – UNESP – Araraquara, Brasil

Autor apresentador: DOURADO, G.K.Z.S.

**Objetivo:** Avaliar a produção de óxido (NO) e a liberação das citocinas IL-10 e IL-12 em macrófagos de camundongos tratados *in vivo* com glicosil hesperidina (GH), suco de laranja (SL) e solução salina (SS; controle), com ou sem a estimulação por lipopolissacarídeo bacteriano (LPS) *in vitro*. **Métodos:** Camundongos Swiss fêmeas foram divididos em três grupos (n=10 cada) e receberam, durante 14 dias, GH, SL e SS *in vivo*. Após a eutanásia, os macrófagos peritoneais dos animais foram retirados e cultivados na presença de meio de cultura suplementado e com presença de antibióticos (RPMI-1640-C) e LPS *in vitro*. **Resultados:** Não houve diferença na produção de NO em nenhum dos grupos, nas células cultivadas apenas em meio de cultura. Na presença de LPS, houve maior produção de NO no grupo tratado com SL, enquanto que o grupo tratado com GH apresentou menor produção de NO, em relação ao controle (SS). Houve menor liberação de IL-10 tanto nas células não estimuladas (RPMI-C) como naquelas estimuladas com LPS, nos tratamentos com GH e com SL, em relação ao grupo controle estimulado com LPS. Em relação à produção de IL-12, houve uma baixa produção desta citocina na ausência de LPS em todos os grupos, e uma produção elevada na presença deste estimulante, mas sem diferenças significativas entre os grupos de estudo (p<0,05). **Conclusão:** Em macrófagos de animais tratados suco de laranja ou glicosil hesperidina durante 14 dias, a produção de mediadores-chave da resposta imune inata não se altera. Embora, a literatura aponte a modulação do sistema imune pelo suco de laranja e seus componentes, este efeito não é observado em macrófagos durante duas semanas de tratamento.

**Palavras-chave:** Suco de laranja, glicosil hesperidina, citocinas, macrófagos.

### **AVALIAÇÃO DA ROTULAGEM NUTRICIONAL DE IOGURTES LIGHT EM SUPERMERCADOS DE GOIÂNIA, GOIÁS**

Nutrição e Saúde Pública

BATISTA, C. M.; BARROS, C. L. A.; FERREIRA, A. O.

Portal Nutrição em Foco, Goiânia, Brasil

Autor que irá apresentar: BATISTA, C. M. (Camila Moura Batista)

O objetivo do trabalho foi avaliar a rotulagem nutricional de iogurtes light de supermercados da cidade de Goiânia, Goiás. Foram analisados os rótulos de iogurtes light de seis supermercados da cidade de Goiânia, Goiás, no mês de julho de 2010. Foram coletadas

informações relacionadas à quantidade de gordura e adição de açúcar de todos os iogurtes light encontrados nos supermercados participantes, totalizando 61 amostras. As informações foram anotadas em um check list previamente elaborado, baseado na Portaria nº 27, de 13 de janeiro de 1998, e Resolução RDC nº 360, de 23 de dezembro de 2003. Os dados foram digitados e analisados no programa Microsoft Excel. Dos 61 iogurtes analisados, 86,88% apresentavam declaração de 0% de gordura, sendo que, em 7,55% destes, havia quantidades de gordura total expressas na informação nutricional. Entre os valores demonstrados, 25% não estavam em conformidade com o rótulo, visto que o valor nutricional de gorduras totais apresentado era de 0,6 g por porção. Os demais (75%) estavam de acordo com a RDC nº 360, que esclarece que valores iguais ou inferiores a 0,5 g de gorduras totais podem ser expressos como “zero” ou “não contém”. Já com relação à quantidade de gordura e adição de açúcar, 31,15% declaravam ser isentos deste ingrediente. Porém, apenas 52,63% dos iogurtes estavam de acordo com o declarado no rótulo. Os 47,37% não estavam conformes porque, apesar de declararem 0% de adição de açúcar e não citarem o açúcar na lista de ingredientes, continham quantidades significativas de açúcar na informação nutricional. Analisando a lista dos ingredientes, 100% dos iogurtes utilizaram leite desnatado e/ou leite desnatado reconstituído em sua formulação. O leite em pó desnatado estava na lista de ingredientes de 27,87% dos iogurtes, todos eles tendo utilizado também outro tipo de leite (leite desnatado e/ou leite desnatados reconstituído). Dos 61 iogurtes avaliados, 59 (96,72%) utilizaram edulcorantes como ciclamato de sódio, sucralose, acesulfame K e aspartame. O açúcar e a maltodextrina foram acrescentados em 9,83% e 3,28% dos iogurtes, respectivamente, sendo que todos também continham ao menos um edulcorante na composição. Diante dos achados do presente trabalho, é possível concluir que ainda há inadequações presentes nos rótulos dos iogurtes light disponíveis no mercado, particularmente quanto às informações nutricionais. Apesar de existirem leis que regulamentam tais produtos no Brasil, algumas indústrias não respeitam tais normas e lançam no mercado produtos com informações incoerentes à sua real composição, além de lesar o direito do consumidor de ter acesso a dados fidedignos, interferindo na segurança do alimento a ser adquirido. Dessa maneira, torna-se importante orientar o consumidor para que ele próprio possa exercer a vigilância sobre o que compra e, sobretudo, sobre o que consome. Esse pode ser o passo inicial para que empresas passem a respeitar mais a legislação e também o consumidor.

### **AValiação de Risco para Doenças Cardiovasculares em Sedentários da Cidade de São Paulo por Dois Métodos de Classificação**

Nutrição e Saúde Pública

Guimarães, C.B.D

Hellbrugge, A.

Ornellas, F.H.

IBPEFEX - Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício. São Paulo, Brasil.

Autor/Apresentador: Caroline Barata Dias Guimarães

As doenças cardiovasculares (DCV) constituem uma importante causa de mortes nos países desenvolvidos e também naqueles em desenvolvimento, tanto para homens quanto para mulheres. Em 2005, no Brasil, foram responsáveis por, aproximadamente, 20% dos

óbitos, por causas conhecidas, em indivíduos a partir dos vinte anos de idade. Dentre os fatores de risco relacionados à enfermidade encontram-se genética, idade, hábitos alimentares e sedentarismo. Para a avaliação do risco de tais doenças, existem métodos como a Relação Cintura/Quadril (RCQ) e o Índice de Conicidade (Índice C). Estes utilizam de medidas antropométricas facilmente aferíveis e conseqüentemente de baixo custo para obtenção de um diagnóstico de risco para DCV. Objetivo: O objetivo do presente trabalho foi verificar o risco para DCV em adultos, sedentários de ambos os gêneros utilizando-se de dois métodos, RCQ e Índice C. Metodologia: Foram avaliados 136 adultos de ambos os gêneros (homens, n=69 e mulheres, n=67), sedentários, com idade entre 18 e 40 anos (29,63 ± 5,29; 29,18 ± 3,37 anos, homens e mulheres respectivamente) moradores da cidade de São Paulo. Para realização do cálculo da RCQ e Índice C foram aferidos peso, estatura e circunferência da cintura e do quadril, no período matutino. Resultados: Das mulheres avaliadas, 25,4% (n=17) apresentaram risco coronariano elevado segundo Índice C e 4,5% (n=3) classificaram-se com risco de moderado a alto de acordo com a RCQ. Enquanto que 28,60% (n=20) dos homens foram classificados com risco coronariano elevado pelo Índice C e 100% (n= 69) deles possuem baixo risco segundo a RCQ. Conclusão: Levando em conta o Índice C pôde-se observar um maior número de indivíduos classificados com risco para DCV, sendo este número maior em homens. Porém de acordo com a classificação da RCQ nenhum homem apresentou tal risco e 3 mulheres tiveram classificação de moderada a alta para risco cardiovascular. O fato do cálculo utilizado para a realização da RCQ utilizar-se de apenas duas medidas, enquanto que para realizar o Índice C são utilizadas mais variáveis. Este pode ter corroborado para que tais métodos não obtivessem tanta aproximação entre o número de indivíduos classificados com risco.

### **AValiação Dietética de Idosos do Programa Platinum de uma Academia de Belém/PA.**

Nutrição Esportiva

Moreira, J.; Costa, D.; Ribeiro, J.; Moura, F.

Universidade Federal do Pará (UFPA), Belém, Brasil.

Apresentadora: Joseana Ribeiro

Autor Apresentador: Joseana Assis Moreira Ribeiro

**Objetivo:** Avaliar a ingestão alimentar de idosos do Programa Platinum de uma academia de Belém/PA. **Metodologia:** O estudo foi do tipo transversal, com uma amostra de 11 idosos, na faixa etária de 62 a 88 anos de idade, obtendo-se os dados através de fichas de avaliação dietética a partir do recordatório 24 horas. Os resultados obtidos foram armazenados em bancos de dados e posteriormente utilizados na elaboração de gráficos e tabelas criados por meio do programa Microsoft Excel e Microsoft Word 2007, respectivamente. **Resultados:** O estudo mostrou que 73% dos idosos encontravam-se adequados em relação ao número de refeições diárias, no qual 100% faziam o desjejum, almoço e lanche da tarde; 82% o lanche da manhã; 91% o jantar e 45% a ceia. Os idosos apresentaram níveis abaixo de inadequação para ingestão energética (Kcal) e cálcio (mg), e acima para carboidratos (%), proteínas(%), ferro (mg) e vitamina C (mg), de acordo com as recomendações. Para lipídios (%) apresentaram níveis de adequação, concordando com os níveis de recomendações. **Conclusão:** Os dados encontrados nos permitem conhecer os hábitos alimentares desta população e estimar a ingestão de nutrientes, podendo ser úteis ao aconselhamento

nutricional, sugerindo orientações específicas que poderão proporcionar uma alimentação adequada aos praticantes de exercício físico, portanto contribuindo e fornecendo um envelhecimento saudável com melhores condições de saúde e bem-estar.

### **AVALIAÇÃO DO ASPECTO HIGIÊNICO-SANITÁRIO DOS BOXES QUE COMERCIALIZAM CARNE NO MERCADO PÚBLICO DA CIDADE DE COARI/AM**

Nutrição e Saúde Pública

<sup>1</sup>MONTEIRO, A. M. A.; <sup>1</sup>BARBOSA, T. S.; <sup>1</sup>PASSOS A. B.; <sup>1</sup>BATISTA I. C.; <sup>1</sup>COELHO R. S.; <sup>2</sup>RODRIGUES, V. B.; <sup>3</sup>MUNDIM, S. M.

<sup>1</sup> Discentes do Curso de Nutrição - ISB/ Universidade Federal do Amazonas; Coari/AM

<sup>2</sup> Apresentadora/Orientadora e Docente do Curso de Nutrição - ISB/ Universidade Federal do Amazonas; Coari/AM

<sup>3</sup> Orientadora e Docente do Curso de Nutrição - ISB/ Universidade Federal do Amazonas; Coari/AM

**OBJETIVO:** Avaliar as condições higiênico-sanitárias dos boxes que comercializam carne no mercado público da cidade de Coari/AM. **METODOLOGIA:** Realizou-se uma visita ao mercado municipal de Coari – AM, no qual foram observadas as instalações físicas e os procedimentos operacionais de 18 boxes que comercializam carne, onde foi aplicado um check-list baseado na RDC 275, de 21/10/02, através do qual foram abordados alguns aspectos, como: condições dos estabelecimentos, estado dos equipamentos e utensílios, aspecto higiênico-sanitário pessoal e de saúde, ao mesmo tempo, os manipuladores foram observados, dando ênfase aos hábitos e práticas de manipulação durante a realização das atividades. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Em todos os boxes visitados observou-se focos de insalubridade e existência de animais circulando; dos estabelecimentos avaliados 17% possuía paredes e piso revestidos de azulejos; em relação às instalações elétricas 17% apresentava-se em bom estado de conservação e com a fiação protegida, verificou-se a ausência de portas, vestuários e banheiros, sendo ainda, constatado que a higienização local é completamente comprometida, uma vez que inexistem pias, lavatórios ou qualquer fonte de água para execução da limpeza, em se tratando dos equipamentos 28% está em bom estado de conservação, 44% utiliza refrigerador para conservar as carnes durante a comercialização, sendo observada a utilização de tábuas de madeira em 100% dos boxes o que é evidentemente inadequado por dificultar a limpeza e permitir o acúmulo de resíduos orgânicos e microrganismos, em relação aos manipuladores 83% aparentava higidez, observada pela ausência de sinais e sintomas de doenças, 100% não utilizava equipamento de proteção individual e/ou uniformes, não lavavam as mãos durante a manipulação da carne, falavam e manuseavam dinheiro ao manipular o alimento. **CONCLUSÃO:** De acordo com os aspectos observados pode-se constatar que os estabelecimentos comerciais e os manipuladores de carne bovina do mercado público de Coari-AM estão muito aquém dos critérios de qualidade higiênico-sanitária. Fatores como a inexistência de água potável disponível para higienização, a deficiência quanto à manipulação, a falta de informações básicas de educação sanitária dos comerciantes evidenciam tal afirmação. O controle higiênico-sanitário é, portanto, um desafio constante para proteger os consumidores e garantir, como prioriza a Organização para Agricultura e Alimentação das

Nações Unidas a higiene dos alimentos como o 'conjunto de medidas necessárias para garantir a segurança, a salubridade e a sanidade do alimento desde a produção primária até seu consumo final' (FAO, 1998).

### **AVALIAÇÃO DO DÉFICIT ESTADUAL DE CRIANÇAS FREQUENTADORAS DE UMA CRECHE MUNICIPAL DA REGIÃO SUL FLUMINENSE, RJ, BRASIL**

Nutrição e Saúde Pública

Autores: Medeiros de Almeida, D.; Sousa Júnior, F.A.C.

UBM – Centro Universitário de Barra Mansa

Autora Apresentadora: Daniele Medeiros

e-mail: danielemedeiros\_a@hotmail.com

A avaliação do crescimento é à medida que melhor define a saúde e o estado nutricional de crianças, já que distúrbios na saúde e nutrição, independentemente de suas etiologias, invariavelmente afetam o crescimento infantil. O presente estudo teve como objetivo avaliar o déficit estatural de crianças frequentadoras de uma creche municipal da Região Sul Fluminense, RJ. Trata-se de um estudo transversal, no qual foram avaliadas as condições socioeconômicas, estado nutricional e a prevalência de doenças. Dentre as 33 crianças avaliadas foi verificado que 66,66% do Berçário, 50% do Maternal I e 63,15% do Maternal II pertencem ao sexo masculino, 77% das crianças apresentam renda familiar abaixo de 2 salários mínimos. Ainda foi observado que 21,3% das crianças apresentaram baixa estatura para idade, 31,57% apresentaram infecções de vias respiratórias e 26,31% apresentaram diarreia. Sendo assim, conclui-se que as crianças com baixo poder aquisitivo e acometidas por doenças infectocontagiosas apresentaram déficit de crescimento. Desta forma, percebe-se estes agravos são determinantes para o crescimento adequado das crianças.

### **AVALIAÇÃO DO ESTADO NUTRICIONAL DE GESTANTES ATENDIDAS NOS ESF DO MUNICÍPIO DE SÃO LUDGERO NO ANO DE 2007**

Nutrição e Saúde Pública

Morgana Prá\*(autor apresentador)

Maria Helena Marin\*

Universidade do Sul de Santa Catarina. Tubarão – Santa Catarina.

**INTRODUÇÃO:** Vários fatores influenciam no progresso e no resultado de uma gravidez, inclusive o estado nutricional da mãe antes de engravidar. E alguns fatores nutricionais podem afetar o peso de nascimento do recém-nascido. E as repercussões na saúde da mãe e de seu filho, e as alterações nutricionais necessitam ser conhecidas e trabalhadas na atenção básica, permitindo intervenção dos programas de saúde materno-infantil, melhorando o resultado obstétrico – redução dos índices de morbimortalidade materna, melhoria das condições ao nascimento (peso e idade gestacional ao nascer) e redução da mortalidade perinatal. A Organização Mundial de Saúde recomenda ganho de peso gestacional diferenciados sendo que mulheres que apresentam baixo peso devem ter um ganho ponderal de 12,5 a 18,0 kg; gestantes de peso adequado de 11,5 a 16,0 kg; mulheres com sobrepeso de 7,0 a 11,0 kg; e gestantes obesas d" 7,0 kg. **OBJETIVOS:** Verificar o estado nutricional das

gestantes atendidas durante o ano de 2007 nos ESF do Município de São Ludgero; Caracterizar as variáveis biológicas da população avaliada; Avaliar o estado nutricional pré-gestacional; Identificar o ganho de peso durante a gestação.

**METODOLOGIA:** Esta pesquisa foi realizada no município de São Ludgero, estado de Santa Catarina, onde foram avaliadas as gestantes atendidas nas unidades de Estratégia de Saúde da Família durante o ano de 2007, através de método retrospectivo, os dados foram coletados a partir das fichas de atendimento do pré-natal, realizado pela enfermagem. Após coleta, revisão e pré-codificação, os dados foram inseridos em banco de dados no software epi. Info 3. 4. 3. Os dados foram expostos em formas de tabelas e gráficos construídos no programa Excel. A avaliação nutricional foi realizada através das normas do SISVAN 2008. **RESULTADOS:** Foram avaliadas 62 gestante atendidas nas unidades de ESF no município de São Ludgero durante o ano de 2007, os dados sobre as gestantes foram coletados nos prontuários de atendimentos, sendo que alguns não continham todos os dados. A idade referida entre as gestantes teve média de 25,11 anos  $\pm$  7,29, mínimo de 15 anos, máximo de 58 anos e moda de 19 anos. O número de gestações foi referido em apenas 28 questionários, e a média obtida entre estas gestantes foi de 2,00  $\pm$  1,40 gestações, com mínimo de 1,00 gestação, máximo de 8,00 gestações e moda de 1,00 gestação. Avaliando o IMC pré-gestacional encontrou-se 58,10% das mulheres eutroficas, 27,40% com sobre peso, 9,70% com obesidade e 4,80% com baixo peso.

**CONCLUSÃO:** Este estudo encontrou ganho de peso incorreto durante a gestação independente do estado nutricional pré-gestacional, ficando evidente que as gestantes necessitam de maior orientação nutricional e cuidados durante o pré-natal visando melhorar a qualidade de vida gestacional e condições de nascimento da criança.

#### **AValiação DO ESTADO NUTRICIONAL DE IDOSOS RESIDENTES EM INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA EM CAMPO GRANDE**

Nutrição e Saúde Pública

MS. RIBEIRO, D. N<sup>1</sup>, BANDERA, M.<sup>1</sup>, BUENO, R<sup>2</sup>. Universidade Anhanguera-Uniderp, Campo Grande-MS, Brasil.  
Débora Ribeiro Novaes

**OBJETIVO:** Verificar o perfil nutricional de idosos residente em Instituição de Longa Permanência (ILP), localizada na cidade de Campo Grande-MS. **METODOLOGIA:** Foram avaliados 33 idosos, de ambos os sexos, residentes em uma instituição geriátrica de Campo Grande, Estado de Mato Grosso do Sul. As variáveis antropométricas utilizadas foram: Peso, Estatura, Índice de Massa Corporal, Circunferência do Braço, Prega Cutânea Tríceps e Circunferência Muscular do Braço. O Índice de Massa Corporal (IMC) foi calculado a partir de equação que utiliza as variáveis peso e estatura de acordo com as atualizações dos percentis para idosos de acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS). A Circunferência Muscular do Braço (CMB), Prega Cutânea do Tríceps (PCT) e Circunferência do Braço (CB) foram calculadas utilizando-se equações específicas. Os dados são apresentados sob a forma de média. **RESULTADOS:** A amostra constituiu-se de 33 idosos de ambos os sexos. Encontrou-se uma prevalência de 86,30% de desnutrição, 4,16% de peso normal, 9,52% de obesidade. Para algumas variáveis antropométricas, o valor médio dos homens foi superior ao das mulheres. **CONCLUSÃO:** Os resultados encontrados indicaram a prevalência de 95,82% da

amostra com estado nutricional inadequada, evidenciando a necessidade de medidas de promoção ou reabilitação da saúde dos idosos. Os dados mostram que há diferenças entre os sexos com relação ao estado nutricional. Assim, torna-se necessária a promoção de vigilância nutricional ao idoso, em nível populacional e individual, com planos de ação diferenciados para idosos desnutridos e obesos. Essa atividade deverá contemplar a promoção e educação em saúde, com foco interdisciplinar, considerando, além do aspecto nutricional, os componentes socioeconômicos e culturais a ele ligados.

#### **TÍTULO AVALIAÇÃO DO ESTADO NUTRICIONAL DE MORADORES DO MUNICÍPIO DE SENADOR CANEDO – GO DA REGIÃO ESTRELA DO SUL CADASTRADOS NO SISTEMA DE VIGILÂNCIA ALIMENTAR E NUTRICIONAL - SISVAN-WEB**

Nutrição e Saúde Pública

Autor (a): MORAIS, P. Orientador (a): ROSA, F. Instituição: Pontifícia Universidade Católica de Goiás – Goiânia / Brasil. Apresentador (a): Polyana Resende Silva de Moraes (MORAIS, P.).

Dentre os problemas de saúde pública encontrados nos países desenvolvidos e em desenvolvimento estão as doenças crônicas não-transmissíveis (DCNT) ocasionadas pela adoção de estilo de vida não saudáveis como tabagismo e etilismo, sedentarismo e hábitos alimentares inadequados. As DCNT's mais comuns no Brasil são diabetes mellitus, obesidade, hipertensão arterial e doenças cardiovasculares que traçam diferentes perfis epidemiológicos da população brasileira. Nas últimas décadas houve uma transição nutricional em que o sobrepeso e a obesidade tornaram-se prevalentes à desnutrição determinando um rápido aumento na ocorrência das DCNT's. O Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional - WEB (SISVAN-WEB) é o novo sistema informatizado do Ministério da Saúde para registro de informações do estado nutricional e do consumo alimentar dos usuários do Sistema Único de Saúde.

**Objetivo:** Avaliar o estado nutricional de moradores do município de Senador Canedo – Go cadastrados no SISVAN-WEB. **Metodologia:** O cadastramento dos pacientes pelo SISVAN Web foi realizado durante nove dias, seguindo o questionário utilizado pelo mesmo. Os pacientes foram submetidos à avaliação antropométrica a qual consiste em aferição do peso e da altura, sendo utilizada para ambas as medições uma balança antropométrica mecânica. **Resultados:** Foi possível cadastrar um total de 28 indivíduos, dos quais 7,14% encontravam-se em baixo peso, 39,29% em eutrofia, 32,14% em sobrepeso e 21,42% em obesidade, sendo que o percentual de indivíduos com excesso de peso (53,56%) é superior ao percentual de indivíduos eutróficos. Viu-se a dificuldade de ter uma demanda maior devido à população não levar documentos pessoais à Unidade de Atenção Básica à Saúde da Família (UABSF) e muitas não lembrarem do número dos mesmos, o que é necessário para a efetuação do cadastro. **Conclusões:** Mesmo com uma amostra pequena, foi possível observar que a obesidade tem estado em prevalência dentre os moradores da região avaliada, o que se torna preocupante uma vez que a obesidade pode gerar comorbidades que comprometem os sistemas cardiovascular, osteoarticular, endócrino, dentre outros. Sendo assim, a coexistência dessas condições patológicas relacionadas ao comportamento alimentar e a problemas de alimentação e nutrição reforça a necessidade do desenvolvimento de ações de prevenção e promoção da saúde na comunidade.

## AVALIAÇÃO DO ESTADO NUTRICIONAL DE PRÉ - ESCOLARES MATRICULADOS EM CRECHE MUNICIPAL DE PANEAS/PE

Nutrição e Saúde Pública

SILVA, J.V.

FAVIP – Faculdade do Vale do Ipojuca – FAVIP. Caruaru-PE/Brasil

Trata-se de um estudo transversal, que objetivou avaliar o estado nutricional segundo índices antropométricos e caracterizar a amostra através de dados sócio – demográficos dos pré-escolares. Foram avaliadas 46 crianças de uma creche municipal de Paneas, localizada no agreste de Pernambuco, calculados escores de desvio-padrão para os índices altura /idade, peso / idade, peso /altura e Índice de Massa Corpórea pelas novas curvas da Organização Mundial de Saúde (2006) e realizado questionário de frequência alimentar com os pais. Os achados revelaram a seguinte condição nutricional em relação ao Índice de Massa Corpórea: 24% eutróficas, 29% de sobrepeso, 15% obesas, 4% com risco para desnutrição e 2% desnutridas. O cenário no qual as crianças estavam inseridas mostram que, as famílias apresentaram média de 4 pessoas residindo no domicílio e 84,78% viviam com uma renda mensal de menos de um salário mínimo. O estudo encontrou ainda 76% das mães que tinham 4 ou mais anos de ensino formal. Os achados do presente estudo indicam que, mesmo em um município de pequeno porte e num seguimento da população foi possível observar diferenças significativas no estado nutricional e que estariam vivenciando a transição nutricional em curso no país: a progressiva redução de desnutrição e o aumento da prevalência de sobrepeso. Os cuidados de nutrição nesse contexto são importantes para a investigação e intervenção na obesidade infantil, especialmente na educação nutricional no âmbito familiar e institucional.

Palavras-chave: Pré-escolares, estado nutricional, transição nutricional.

## AVALIAÇÃO DO RISCO PARA DOENÇAS E AGRAVOS NÃO TRANSMISSÍVEIS DOS PACIENTES ATENDIDOS PELO PROGRAMA DE NUTRIÇÃO E SAÚDE (PRONUSA) DA UFPA, NO PERÍODO DE 2008-2010, BELÉM-PARÁ, BRASIL

Nutrição e Saúde Pública

Davila, L ; Moura, F. ; Marques, M.; Dutra, C; Ono, Y; Martens, I. Universidade Federal do Pará, Belém – Brasil.

Autor apresentador do trabalho: Claudia Daniele Tavares Dutra

**OBJETIVO:** Avaliar o risco de doenças e agravos não transmissíveis (DANT'S) dos pacientes com excesso de peso atendidos pelo PRONUSA, da Universidade Federal do Pará. **METODOLOGIA:** Foi realizado um estudo transversal do Programa de Atenção em Nutrição e Saúde (PRONUSA), que atendeu 76 pacientes adultos, no período de 2008 a 2010. Primeiramente, foram estudadas as medidas (peso e altura) de todos os pacientes para a classificação do estado nutricional por meio do Índice de Massa Corporal. Foram estudados 38 pacientes classificados com excesso de peso para avaliação do risco de doenças e agravos não transmissíveis, onde foi feito um levantamento das variáveis de risco (hábito de fumar, consumo de bebidas alcoólicas e prática de atividades físicas) e a presença/ou não de doenças e agravos não transmissíveis (diabetes, hipertensão e dislipidemias). Para análise estatística dos dados foi utilizado o programa EPI INFO versão 3.5.1. **RESULTADOS:** Dos 76 pacientes atendidos, 38 apresentaram excesso de peso, destes 29 pertenciam

ao sexo feminino e 9 ao sexo masculino. Para os DANT's dos 38 pacientes, 8 eram hipertensos, 2 diabéticos e 17 dislipidêmicos. O risco predominante foi o etilismo (n=23), hábito de fumar (n=3), sedentarismo (n=22). A associação entre o excesso de peso e o sedentarismo resultaram em: 4 hipertensos, 1 diabético e 12 dislipidêmicos. A associação entre o excesso de peso e o etilismo resultaram em: 4 hipertensos, 1 diabético e 6 dislipidêmicos, sendo que 11 não praticavam atividade física regular. A associação entre o excesso de peso e o tabagismo resultaram em: 1 hipertenso, nenhum diabético e nenhum dislipidêmico, sendo que todos os fumantes eram etilistas. **CONCLUSÃO:** A prevalência do excesso de peso associada às doenças e agravos não transmissíveis, é uma realidade na população estudada, sendo reflexo de uma alimentação moderna que cada vez mais se propaga para o desenvolvimento das doenças e agravos não transmissíveis, que deve ser estudada, tratada e monitorada emergencialmente com práticas acessíveis de orientação nutricional sobre alimentação saudável e a prática de exercícios físicos para que, assim, se possa aumentar a expectativa e qualidade de vida das pessoas.

## AVALIAÇÃO DO ESTADO NUTRICIONAL E DIETA DE PACIENTES COM INSUFICIÊNCIA RENAL CRÔNICA DE ACORDO COM O TEMPO DE HEMODIÁLISE.

Nutrição Clínica

Raizel, R.; Reis Filho, A. D.; Santini, E.; Nunes, J. C.; Holland, M. L. L.; Kalil, J. A.; Coelho, C. F.

Universidade Federal de Mato Grosso (UFMT); Laboratório de Aptidão Física e Metabolismo (LAFIme)

Cuiabá-MT

Raquel Raizel

**Introdução:** o fornecimento adequado de nutrientes durante o tratamento de pacientes com insuficiência renal crônica pode favorecer tanto a manutenção como recuperação do estado nutricional desses indivíduos. **Objetivo:** avaliar o estado nutricional e dieta alimentar de pacientes com insuficiência renal crônica de acordo com o tempo de hemodiálise. **Metodologia:** foram avaliados 30 indivíduos do Instituto Nefrológico de Mato Grosso (INEMAT), sendo 16 homens (43,2±11,9 anos; peso 67,1±18,0 kg; estatura 1,67±0,09 m) e 14 mulheres (41,8±15,6 anos; peso 57,7±16,3 kg; estatura 1,55±0,08 m). Para avaliar as medidas corporais utilizou-se o Índice de Massa Corporal (IMC) e a Relação Cintura Quadril (RCQ). Aplicou-se o Recordatório de 24h para avaliar a ingestão alimentar, analisado posteriormente com o software Avanutri®. As diferenças entre os sexos foram verificadas através do teste t de Student, com nível de significância de 5% (pd\*0,05). **Resultados:** a média de IMC esteve dentro dos limites de normalidade para os homens (IMC de 23,9±5,9 kg/m<sup>2</sup>) e mulheres (IMC de 24,0±6,8 kg/m<sup>2</sup>). No entanto a RCQ mostrou que 56% dos homens e 71% das mulheres apresentaram risco moderado para doenças cardiovasculares. Para os homens o consumo de energia foi de 45,1±22,1 kcal e de proteína 2,1±1,6g, por kg/peso corporal. Para as mulheres a ingestão de energia foi de 32,0±16,3 kcal e de proteína 1,3±1,0g, por kg/peso corporal. Em 56% do grupo masculino o consumo energético e protéico estiveram acima de 35kcal/kg/dia e 1,2g/kg/dia respectivamente, e o tempo de hemodiálise foi de 7,97±4,68 anos. No grupo feminino apenas 21% apresentaram consumo energético e protéico acima de 35kcal/kg/dia e 1,2g/kg/dia respectivamente, com um tempo de hemodiálise de 5,28±6,78 anos. Observou-se

também que os indivíduos com ingestão energética e protéica abaixo da recomendação, tinham um tempo de hemodiálise de  $3,28 \pm 3,63$  anos. Houve diferença estatisticamente significativa na estatura e RCQ entre os sexos. **Conclusão:** a análise da dieta mostrou que o maior percentual de indivíduos com o consumo energético e protéico acima das recomendações está entre os homens. Isto provavelmente pelo tempo elevado de terapia dialítica onde o paciente se adapta aos procedimentos e descuida-se da alimentação. O IMC esteve dentro das recomendações, porém os resultados da RCQ reforçam a importância do acompanhamento nutricional para estes pacientes. **Palavras-chave:** hemodiálise, nutrientes, insuficiência renal.

### AVALIAÇÃO DO HÁBITO DO DESJEJUM DE UNIVERSITÁRIOS DO CURSO DE NUTRIÇÃO DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO TRIÂNGULO MINEIRO – UFTM

Nutrição e Saúde Pública

GOLLINO, L.<sup>1</sup>; PEREIRA, E. M. S.

Universidade Federal do Triângulo Mineiro – UFTM, Uberaba – MG, Brasil.

<sup>1</sup> Loraine Gollino, Acadêmica do Curso de Graduação de Nutrição da UFTM.

**Introdução:** A vida universitária é o início de mudanças e principalmente as relacionadas com a alimentação. A universidade enquanto instituição tem um importante papel como formadora de hábitos. Os adolescentes que consomem um café-da-manhã de boa qualidade possuem, geralmente, um melhor padrão dietético em relação àqueles que consomem um desjejum de baixa qualidade ou não consomem. O desjejum é o período prévio de jejum de mais de doze horas associando a um hábito alimentar saudável com promoção de mudanças no desempenho cognitivo, no comportamento e na memória, fornecendo nutrientes essenciais ao organismo para o seu funcionamento, sendo a refeição mais importante do dia. A omissão ou o desjejum inadequado do ponto de vista nutricional influencia o aumento do nível da fome durante o dia. O objetivo do trabalho foi avaliar o hábito do desjejum dos universitários do curso de Nutrição da UFTM. Foram recrutados 121 estudantes do curso de Nutrição que responderam um questionário qualitativo com perguntas referentes ao hábito do desjejum, após o termo de consentimento ser aceito. Dos estudantes investigados, 96 (79,3%) responderam que consomem desjejum todos os dias e 24 (19,8%) deles responderam que não têm este hábito diário. Apenas 1 (0,8%) estudante não respondeu a esta questão. Quando perguntado se o desjejum (café da manhã) consumido, no final de semana e feriado, eram diferentes do habitual, 52 (43%) dos universitários responderam que sim e 68 (56,2%) relataram não haver diferenças. Apenas 1 (0,8%) estudante não respondeu a esta pergunta. Sobre a influência do desjejum no humor, 61 (50,4%) dos estudantes disseram que a falta do desjejum os deixam susceptíveis às mudanças de humor e 68 (56,2%) disseram não perceber variação alguma de humor. Apenas 2 (1,6%) estudantes não responderam. As bebidas relatadas como mais freqüentes no café da manhã foram: leite (95=55,9%), café (29=17,06%) e suco de frutas (22=12,94%). O iogurte (9=5,29%) e chá (6=3,53%) foram menos consumidos que os primeiros e, água (3=1,76%), leite de soja (3=1,76%) e *Capuccino* (3=1,76%) foram consumidos por um número mínimo de universitários. **Conclusão:** Desta forma, percebe-se que apesar da maioria dos estudantes possuírem o hábito do desjejum, tão importante para a aprendizagem, estratégias de

abordagem em educação nutricional devem ser realizadas para que se estimulem aqueles que não tomam o café da manhã ou o fazem de maneira inadequada do ponto de vista nutricional.

### AVALIAÇÃO DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DE UMA POPULAÇÃO RESIDENTE NO BAIRRO DA VILA LUIZÃO NO MUNICÍPIO DE SÃO LUÍS- MA

Nutrição Esportiva

Maciel, E. M<sup>1</sup>. Lima, A. A<sup>1</sup>. Mendes, L. S<sup>1</sup>. Moreira, P. R<sup>1</sup>. Pires, B. R. F<sup>1</sup> Rodrigues, D.G. C<sup>2</sup>.

Universidade Federal do Maranhão – UFMA / São Luís – Brasil

Apresentadora: Emilene Maciel e Maciel

**OBJETIVO:** Verificar o nível de atividade física de uma população residente no bairro da Vila Luizão freqüentadora da Unidade Básica de Saúde local, no município de São Luís – MA. **METODOLOGIA:** A amostra foi coletada no mês de julho, no bairro da Vila Luizão no município de São Luís-MA. Houve um sorteio para delimitar o número de entrevistados, totalizando 21 participantes, 20 mulheres e 1 homem, idade média de 36 anos. Foram incluídos no estudo adultos acompanhados por um agente de saúde cadastrado no ministério da saúde e freqüentadores da Unidade Básica de Saúde local, excluindo crianças, adolescentes, gestantes e idosos. Utilizou-se um Questionário Internacional de Atividade Física versão oito (forma longa, semana usual) com o propósito de avaliar o nível de atividade física da população randomizada. **RESULTADOS:** A partir do questionário internacional de atividade física versão oito, analisou-se o nível de atividade que os indivíduos entrevistados realizam no trabalho, como meio de transporte, em casa, como forma de lazer e o tempo gasto sentado. Delimitou-se a condição de sedentarismo, atividade leve, moderada e vigorosa em cada situação citadas acima. Observou-se que no trabalho: 66,66% são sedentários, 9,52% fazem atividade leve, 19,04% moderada e 4,76% vigorosas; como meio de transporte: 42,85% são sedentários, 38,09% fazem atividade leve, 14,28% moderada e 4,76% vigorosa; atividade em casa: 9,52% são sedentários, 38,09% fazem atividade leve, 42,85% moderada e 9,52% vigorosa; no lazer: 76,19% são sedentários, 9,52% fazem atividade leve, ninguém faz atividade moderada e 14,28% vigorosas; tempo gasto sentado: 28,57% gastam mais de 20 minutos, 2,80% passam 1 a 2 horas sentados e 42,85% gastam mais de 3 horas. **CONCLUSÃO:** O estudo permite concluir que na amostra estudada, as condições de sedentarismo são prevalentes, exceto nas atividades domiciliares, onde foi perceptível a atividade moderada. O estímulo à prática de atividade física orientada é de suma importância, visto que praticada concomitante à dieta equilibrada, forma um considerado fator de proteção contra os agravos nutricionais não transmissíveis em ascendência na atualidade. Verificou-se que a população não tem o hábito de se exercitar no lazer, sendo uma preocupação futura na qualidade de vida.

### AVALIAÇÃO DO PERFIL NUTRICIONAL DE PRÉ-ESCOLARES DO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL DO BAIRRO DAVIS NA CIDADE DE CAMPO BELO-MG.

Nutrição e Saúde Pública

RIBEIRO, L.S.; TAHAN, F. União das Instituições de Serviço Ensino e Pesquisa Faculdades Integradas ASMEC, Ouro Fino, 2009.

O presente estudo teve como objetivo avaliar a prevalência de obesidade e desnutrição em pré-escolares regularmente matriculados no Centro Municipal de Educação Infantil do Bairro Davis, na cidade de Campo Belo – MG. O estudo epidemiológico empregado consistiu de um estudo transversal, também denominado de estudo seccional ou de prevalência. Foram avaliados antropometricamente 57 pré-escolares, 29 meninas e 28 meninos de 4 e 5 anos de idade, após o consentimento dos pais e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Foram coletados os dados idade, peso e estatura dos pré-escolares, na própria instituição, e, esses dados foram avaliados de acordo com as curvas de crescimento da Organização Mundial de Saúde de 2006 e 2007. Foram utilizados dois métodos para classificar o estado nutricional dos pré-escolares: o índice de massa corpórea (IMC/ idade) e os índices peso por idade (P/I) e estatura por idade (E/I). Os resultados indicaram, de acordo com o IMC/ idade, que 9% das crianças se encontravam com sobrepeso e 9% com obesidade. Já nos índices P/I e E/I, 11% dos pré-escolares avaliados apresentaram peso elevado para a idade. Não houve nenhum registro de desnutrição. O fato de nenhuma criança indicar desnutrição, reafirma o que vem sendo falado sobre o Brasil estar passando por um período de transição epidemiológica, com diminuição dos índices de desnutrição e aumento nos índices de obesidade. A obesidade precisa ser diagnosticada na infância, a fim de combater essa patologia que pode causar danos em toda a vida adulta do indivíduo.

**PALAVRAS-CHAVE:** Pré-escolares, avaliação nutricional, obesidade.

#### **AVALIAÇÃO DO RISCO DE DESNUTRIÇÃO EM IDOSOS ATENDIDOS POR UM PLANO DE SAÚDE EM SÃO LUIS-MARANHAO**

Nutrição e Saúde Pública

REIS, M.<sup>1</sup>; LUNA, L.<sup>1</sup>; MACHADO, S.<sup>2</sup>

1. Acadêmica do curso de Nutrição – Universidade Federal do Maranhão- UFMA

2. Professora MSc. – Universidade Federal do Maranhão- UFMA  
Universidade Federal do Maranhão – UFMA. São Luis - Brasil  
Autora apresentadora do trabalho: Marília Gabriella dos Reis

**Objetivo:** O objetivo deste trabalho foi avaliar o risco de desnutrição em idosos atendidos por um Plano de Saúde em São Luis, Maranhão.

**Metodologia:** Este estudo, de delineamento transversal, foi realizado em um consultório particular que atende a conveniados de um Plano de Saúde no município de São Luis, Maranhão. Foram entrevistados aqueles idosos (e 60 anos de idade), de ambos os sexos, assistidos pela instituição nos meses de junho e julho de 2010, que concordaram em participar da pesquisa, mediante assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido. A coleta dos dados deu-se por meio da aplicação de um questionário socioeconômico e da aplicação da Mini Avaliação Nutricional completa, instrumento elaborado para avaliação de pacientes idosos e que contempla dados antropométricos, de ingestão alimentar, de mobilidade, entre outros. O instrumento está dividido em duas partes, sendo uma de triagem e outra de avaliação global. Os resultados obtidos classificam o estado nutricional do idoso, com base no total de pontos somados com o formulário, segundo critérios do próprio instrumento. **Resultados:** A amostra constituiu-se de 66 pacientes, sendo 74,24% (49) do sexo feminino e 25,76% (17), com uma média de idade de 72,9 anos. O Índice de Massa Corpórea apresentou

média de 25,40 kg/m<sup>2</sup>, variando entre 18,00 kg/m<sup>2</sup> e 34,93 kg/m<sup>2</sup>. A grande maioria dos pacientes (86,36%) esteve dentro dos valores de normalidade para o estado nutricional, enquanto 12,12% apresentaram-se em risco de desnutrição e apenas um paciente (1,52%) caracterizou-se como desnutrido. Com relação à renda familiar 87,87% dos idosos relataram receber quatro ou mais salários mínimos. **Conclusão:** A prevalência de desnutrição ou risco de desnutrição no grupo estudado foi baixa, apesar deste ser composto por indivíduos com 60 anos e mais, grupo reconhecidamente vulnerável a desenvolver desnutrição, devido a alterações fisiológicas comuns nesta fase da vida. A renda elevada do grupo pode ter contribuído para estes achados, a baixa renda familiar representa fator de risco para distúrbios nutricionais, com destaque para a desnutrição.

#### **AVALIAÇÃO DO RISCO NUTRICIONAL PROVENIENTE DA UTILIZAÇÃO DE CAIXAS D'ÁGUAS DE AMIANTO EM RESTAURANTES DE VITÓRIA DA CONQUISTA – BA.**

Nutrição e Saúde Pública

SANTOS, Liliane Cardoso dos<sup>2</sup>; SATANA, Aureline Alves<sup>1</sup>; MASCARENHAS, Paulo Sérgio Monteiro<sup>2</sup>; FREITAS, Erlânia do Carmo<sup>3</sup>.

<sup>1</sup> Acadêmico do Curso de Nutrição da FTC – Faculdade de Tecnologia e Ciências.

<sup>2</sup> Docentes da FTC – Faculdade de Tecnologia e Ciências.

<sup>3</sup> Nutricionista – Clínica de Hemodiálise de Brumado – Ba.

Apresentador do trabalho: Liliane Cardoso dos Santos

**Objetivo:** Avaliar o risco nutricional proveniente da utilização de caixas d'águas de amianto em restaurantes de Vitória da Conquista – BA. **Métodos:** Este estudo caracteriza-se como uma pesquisa exploratória de campo com abordagem quali-quantitativa realizada em trinta e quatro restaurantes da cidade de Vitória da Conquista – BA, durante os meses de julho a outubro de 2009. Para a pesquisa de campo, os responsáveis pelos restaurantes foram entrevistados, seguindo um roteiro de entrevista informal semi-estruturada com perguntas que trataram sobre aspectos gerais dos tanques utilizados para represar a água que é usada para o preparo das refeições. Buscou-se com isso, identificar fatores que contribuem para o risco de contaminação da água por fibras amianticas, bem como se existe exposição do material, e possibilidades deste, ser ingerido pelos comensais. Foi assinado um termo de consentimento Livre e Esclarecido, conforme resolução nº 196/96. **Resultados:** A pesquisa revelou que, do total da amostra, 32,4% (n=11) dos restaurantes utilizavam caixa d'água de fibrocimento amianto. Este grupo apresentou faixa de tempo de uso de 2 a 10 anos ininterruptos, o que pode representar maior risco de desprendimento de fibras. Além disso, apesar da maioria 82,3% (n=9) dos estabelecimentos que usam esse tipo de caixa d'água afirmarem fazer a limpeza dos tanques de seis em seis meses como manda a Vigilância Sanitária, a forma como é realizada não é adequada. Conforme os dados coletados são utilizados materiais como escovas, vassouras e substâncias químicas como hipoclorito de sódio, sabão e água para a higienização. O atrito entre esses materiais e a superfície do tanque acaba rompendo o revestimento de fibrocimento, fazendo com que fibras de amianto se desprendam e misturem-se à água nele represada. Observou-se, ainda, que o número de restaurantes que já efetuaram a troca da caixa d'água de amianto por outra de plástico fabricada com polietileno – mais indicada por apresentar vantagens tais como: facilidade de instalação e limpeza, resistência

às intempéries e aos raios solares, além disso, sua pigmentação proporciona total proteção contra a proliferação precoce de algas e fungos em seu interior – representa mais de 50% do total da amostra. Entretanto, ainda é grande o uso de reservatórios de fibra amianto, 32,4% dos restaurantes estudados. Enquanto isso, apenas 11,7% dos responsáveis pelo estabelecimento desconhecem o tipo de material que constitui o tanque, alegando como justificativa o difícil acesso ao local onde ficam os mesmos. **Conclusão:** Dos resultados obtidos verificou-se que, sendo esta água utilizada para o preparo das refeições, o risco de ingestão de fibras de amianto está consideravelmente aumentado nessa população de comensais. Como a ingestão frequente do amianto, conforme relatos de especialistas, pode provocar danos sérios aos rins, fígado e até câncer no aparelho digestório, é preocupante o número de indivíduos que provavelmente estejam expostos a esse tipo de contaminação. Por conseguinte, a água armazenada em caixas d'água de amianto pode representar, dessa forma, um meio de contaminação veiculado pelo alimento produzido nesses restaurantes e que são consumidos diariamente por parte da população conquistense. Os achados apontam a necessidade de avaliar criteriosamente a qualidade da água presente nos reservatórios desses restaurantes através de análises laboratoriais efetivas, capazes de fornecer os alicerces para a construção dos métodos de intervenção. Deste modo, é imprescindível a realização de novos estudos capazes de ratificar os resultados alcançados nesta pesquisa com o propósito de estabelecer condições favoráveis de segurança higiênico-sanitária dos alimentos e que sirvam como subsídios para pesquisas futuras. **Palavras chave:** Amianto; alimento; contaminação.

#### **AVALIAÇÃO DO TEOR DE FIBRAS CALCULADO NO CARDÁPIO DE DUAS ESCOLAS DA REDE MUNICIPAL DE OURO FINO – MG** Nutrição e Saúde Pública

**Tahan, F.;** Mendes, J. B.; Barreto, A. P.M. Centro Universitário de Volta Redonda – UniFoa, Pouso Alegre, Brasil.

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) é um dos maiores programas de alimentação do mundo. Dificuldades práticas dificultam o cumprimento por parte dos municípios das recomendações nutricionais impostas pelo Programa. Fibras alimentares são substâncias não-digeridas pelo organismo e de importante valor funcional ao passo que previne doenças crônicas não-transmissíveis de grande prevalência no Brasil, como obesidade e diabetes. A infância é uma fase crítica para o desenvolvimento de hábitos alimentares e doenças de origem nutricional. Este trabalho objetivou avaliar o teor de fibras alimentares oferecido pelo cardápio de duas escolas municipais vinculadas ao PNAE. Foi calculado o teor de fibras dos alimentos servidos durante cinco dias nas escolas e os valores comparados ao recomendado pelo PNAE. Os resultados evidenciaram o oferecimento de teor adequado de fibras alimentares. **Palavras-chave:** fibras, alimentação escolar.

#### **AVALIAÇÃO DO TIPO DE CARNE, ASSOCIADO À GORDURA, CONSUMIDA POR HIPERTENSOS ATENDIDOS EM UMA UBS DE SÃO LUÍS**

Nutrição e Saúde Pública

MOREIRA, P. R. S.; LUNA, L. M.; MACIEL, E. M.; LIMA, A. A.; MOREIRA

LIMA, S. T. J. R.

Universidade Federal do Maranhão – UFMA. São Luís – MA, Brasil. Apresentação: Moreira, P.R.S.

**Objetivo:** Avaliar a ingestão do tipo de carne, associada à quantidade de gordura, predominantemente presente na alimentação de pacientes hipertensos. **Metodologia:** Foram acompanhados 52 pacientes adultos e idosos Hipertensos cadastrados no programa Hiperdia do Ministério da Saúde, atendidos em uma Unidade Básica de Saúde de São Luís, no período de fevereiro à abril, divididos em dois momentos: antes e após intervenção nutricional. Este acompanhamento consistiu em análise de Registro Alimentar de três dias, avaliação antropométrica (CC, CQ, CB, PCT, PCB, PCSE e PCSI) e diagnóstico através do Colesterol total, Glicemia em jejum, Triglicerídeo e Sódio urinário, por meio de exames bioquímicos. **Resultados:** No primeiro momento, que antecedeu a intervenção nutricional, foi observado uma ingestão de, aproximadamente, 144,9g de carne vermelha por pessoa, em três dias (avaliados através dos Registros Alimentares) e 331,7g, aproximadamente, de carne branca (peixe e frango). Já no segundo momento, após a intervenção nutricional, observou-se que a ingestão de carne vermelha aumentou sutilmente para 161,4g, aproximadamente, por pessoa, em três dias registrados, e que o consumo de carne branca decaiu para 278,6g, em média, por pessoa. **Conclusão:** Os resultados obtidos foram positivos no sentido de que o consumo de carne branca, a qual contém menos gordura, superou o consumo de carne vermelha. No entanto, notou-se uma queda desse consumo após a intervenção nutricional. É necessário, portanto, um tempo maior de análise de resultados após as orientações, visto que a maioria dos pacientes da UBS, encontram-se sobrepesados e apresentando hipertrigliceridemia, sendo assim importante a redução de gordura em sua dieta habitual.

#### **AVALIAÇÃO DO TIPO DE LEITE CONSUMIDO POR HIPERTENSOS ATENDIDOS EM UMA UBS DE SÃO LUÍS APÓS INTERVENÇÃO NUTRICIONAL**

Nutrição e Saúde Pública

MOREIRA, P. R. S.; SOUZA, A. T. L.; MACIEL, E. M.; LIMA, A. A.; REIS, M.G.; MOREIRA LIMA, S. T. J. R.

Universidade Federal do Maranhão – UFMA. São Luís – MA, Brasil. Apresentação: Moreira, P.R.S.

**Objetivo:** Avaliar a ingestão do tipo de leite consumido por pacientes hipertensos antes e após intervenção nutricional. **Metodologia:** Foram acompanhados 52 pacientes adultos e idosos Hipertensos cadastrados no programa Hiperdia do Ministério da Saúde, atendidos em uma Unidade Básica de Saúde de São Luís, no período de fevereiro à abril, divididos em dois momentos: antes e após intervenção nutricional. Este acompanhamento nutricional consistiu em análise de Registro Alimentar de três dias, avaliação antropométrica (CC, CQ, CB, PCT, PCB, PCSE e PCSI) e diagnóstico através do Colesterol total, Glicemia em jejum, Triglicerídeo e Sódio urinário, por meio de exames bioquímicos. **Resultados:** No primeiro momento, que antecedeu a orientação nutricional, foi observado um consumo exclusivo de Leite Integral por 72% dos pacientes avaliados e 28% deles consumiam exclusivamente Leite desnatado. No Segundo momento, após a intervenção, o consumo exclusivo de Leite Integral decaiu para 16,3% e o consumo do Desnatado aumentou para 83,7% nos três dias de Registros avaliados. **Conclusão:** A intervenção

nutricional orientando a mudança do consumo de Leite Integral para o Desnatado foi significativamente positiva, visto que a maioria dos pacientes atendidos apresentaram hipertrigliceridemia e sobrepeso. Esta mudança alimentar, portanto, representa uma melhora pontual no hábito alimentar, reduzindo, com esta conduta, a ingestão de gordura.

#### **AVALIAÇÃO DOS LANCHES DOS ALUNOS DO MATERNAL DE UMA ESCOLA PARTICULAR DO MUNICÍPIO DE BELÉM-PA.**

Nutrição e Saúde Pública

**Autores:** BARBOSA, D. R. S.; FRANÇA, T. S.; LINS, R. T.; SOUZA, A. M. D. – Instituição: Universidade da Amazônia (UNAMA), Belém/Pará- Brasil.

**Apresentadora:** Danielle Rocha da Silva Barbosa

**OBJETIVO:** Identificar os tipos de lanches consumidos pelos alunos do maternal de uma escola particular do Município de Belém-PA. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo longitudinal, constituído de levantamento sobre os lanches de crianças de ambos os sexos devidamente matriculados em uma escola particular da cidade de Belém-PA, perfazendo um total de 35 crianças, no período de setembro de 2009. Foram incluídas as crianças que levaram lanche de casa ou que compraram na escola. As coletas das informações foram realizadas durante o horário do lanche das crianças pela parte da manhã, durante 5 (cinco) dias da semana. Antes de começarem o lanche anotou-se o que as crianças levavam para a merenda escolar e a quantidade desses alimentos. **RESULTADOS:** As frutas mais levadas foram: banana, maçã, abacaxi e pêra. Os alimentos mais consumidos pelos alunos foram: biscoitos recheados (84,4%), suco industrializado (75%), biscoito salgado (62,5%), biscoito doce (53,1%), e iogurte (31,2%). Os alimentos menos consumidos: cereal matinal, frutas e biscoitos doces. Na fase escolar, as crianças tendem a comer menos frequentemente durante o dia, apesar de a ingestão alimentar aumentar. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que os alimentos industrializados são os mais consumidos pelas crianças, pela praticidade dos pais ou gosto das crianças por determinado lanche. Algumas crianças que levaram frutas comeram, mas não muito satisfeitas. Outras preferem o lanche do colega que levou salgadinho do que alimentar-se do seu lanche.

#### **AVALIAÇÃO MICROBIOLÓGICA DE REFEIÇÕES PRODUZIDAS EM HOSPITAIS PÚBLICOS ESTADUAIS DE GOIÂNIA, GO E REGIÃO METROPOLITANA.**

Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida

**ASSIS, E. M.; SPINI, P. C.; BATISTA, C. M., CAMPOS, M.R.H.**  
Faculdade de Nutrição, Universidade Federal de Goiás, CEP: 74.605-08, Brasil

Autor que irá apresentar: ASSIS, E. M. (Elaine Meire de Assis)

O objetivo deste trabalho foi avaliar as condições microbiológicas das refeições produzidas nas Unidades de Alimentação e Nutrição de quatro hospitais estaduais de Goiânia e região metropolitana. Foram selecionados hospitais de maior destaque na saúde pública da capital e região metropolitana, sendo que em Goiás as Unidades de Alimentação e Nutrição dos hospitais são terceirizadas e contam com o nutricionista como responsável técnico. Entre setembro de

2009 e março de 2010 foram colhidas amostras das preparações da dieta livre servidas no almoço, em três dias diferentes em cada hospital, aleatórios. As análises microbiológicas foram realizadas, segundo técnica descrita pela *American Public Health Association* (APHA, 2001) e *Food and Drug Administration* (FDA, 2002). Os laudos foram emitidos segundo os padrões microbiológicos estabelecidos pela Resolução RDC nº 12 de 02 de janeiro de 2001 da Agência Nacional da Vigilância Sanitária (BRASIL, 2001). Em cada um dos quatro hospitais analisados foi encontrada pelo menos uma amostra contaminada. Do total de 74 preparações analisadas, 13,51% apresentaram contaminação por pelo menos um microorganismo indicador acima do limite estabelecido pela legislação em vigor. Em duas amostras houve a presença de mais de um tipo de bactéria. Foram observadas contagens elevadas de coliformes totais em 13,51% das amostras coletadas, sendo 80% delas em preparações de saladas. Dentre estas amostras, houve a confirmação de coliformes termotolerantes em 50% delas, o que é importante destacar, já que a legislação vigente não estabelece padrões de contagem de coliformes totais. Comparando-se os hospitais percebe-se que o maior número de amostras contaminadas foram encontradas nos hospitais 1 e 2, sendo a situação mais crítica no hospital 2, que apresentou amostras com mais de uma bactéria e onde foi maior a confirmação de Coliformes Termotolerantes. Pode-se concluir pelas análises microbiológicas realizadas que, de um modo geral, as refeições produzidas pelos hospitais pesquisados podem oferecer certo risco aos pacientes. Isso se agrava se considerarmos o público destas Unidades de Alimentação e Nutrição, que é o indivíduo enfermo. É importante destacar a presença de coliformes em todos os hospitais pesquisados, o que permite afirmar que há falhas nos processos de produção, principalmente das saladas. Sendo assim, são necessárias ações contínuas para melhoria dos procedimentos de manipulação de alimentos nestes estabelecimentos, em especial nos processos de higienização de vegetais, utensílios e manipuladores.

#### **AVALIAÇÃO MICROBIOLÓGICA DO LEITE “IN NATURA” COMERCIALIZADO NA FEIRA DO PRODUTOR RURAL NO MUNICÍPIO DE COARI/AM**

Nutrição e Saúde Pública

<sup>1</sup> BARBOSA, T. S.; <sup>1</sup> MONTEIRO, A. M. A.; <sup>2</sup> GÓES G. P.; <sup>3</sup> RODRIGUES, V. B.

<sup>1</sup> Discentes do Curso de Nutrição - ISB/ Universidade Federal do Amazonas; Coari/AM

<sup>2</sup> Apresentadora/Discente do Curso de Nutrição - ISB/ Universidade Federal do Amazonas; Coari/AM

<sup>3</sup> Orientadora /Docente do Curso de Nutrição - ISB/ Universidade Federal do Amazonas; Coari/AM

O leite é considerado um dos alimentos mais completos tanto em aspectos nutricionais como fundamentais para a dieta humana, constitui-se um meio de cultura ideal para o crescimento de microrganismos, podendo comprometer a qualidade e segurança alimentar. Embora o leite “*in natura*” tenha sua venda proibida a consumidores, amparada pela Resolução RDC 12 de 02/01/2001, encontra-se ainda na feira do produtor no município de Coari a comercialização deste produto, em condições favoráveis para a contaminação do alimento. Esta pesquisa teve como **objetivo** analisar microbiologicamente o leite comercializados na Feira do Produtor no município de Coari- Am. Para realizar análise

microbiológica foram coletadas amostras mantendo em sua embalagem (plástica) com capacidade para 1 litro cada. O método empregado foi diluição seriada onde foram analisadas qualitativamente e quantitativamente para Coliformes totais e *Escherichia coli* (*E. coli*). Sendo transferidas alíquotas de 0,1 mL dos tubos das diluições das placa de Petri, contendo meio de cultura Bochrome Coliform Agar, e incubadas a uma temperatura de 37° C por um período de 24-36 horas. Após decorrido o tempo de incubação, as placas foram colocadas em um contador de colônias manual para contagem de coliformes totais e *E. coli*. Tendo como resultado para um dos tubos a contagem de 270 unidades formadoras de colônias de coliformes totais e duas unidades formadoras de colônia para *E. coli*. Feitos os cálculos conforme preconiza à diluição seriada, foi obtido o resultado de  $2 \times 10^6$  unidades formadoras de colônia de *E. coli* por ml e  $2,7 \times 10^8$  unidades formadoras de colônias totais. De acordo com os resultados obtidos observou-se que o leite “in natura” comercializado encontra-se em condições precárias de higiene devido ao elevado número de coliformes totais e também com grande potencial para ser responsável por toxi-infecções alimentares devido a elevada carga microbiana de *E. coli*. **Conclusão:** Conforme a legislação em vigor, o leite comercializado na feira municipal de Coari, além de ilegal, mostrou-se impróprio para o consumo humano segundo análise microbiológica. Assim para evitar problemas de saúde se faz indispensável a elaboração de ações educativas de práticas higiênicas no manejo, ordenha e comercialização visando à promoção de segurança alimentar da população Coariense.

#### AVALIAÇÃO MICROBIOLÓGICA DOS RESÍDUOS DE CARNE EM AÇOUQUES DO MUNICÍPIO DE CAMPO GRANDE – MS

Nutrição e Saúde Pública

NACER, N. R.; GIURIZZATTO, G. S.; HORING, D. F.; AMIN, M.; CARVALHO, L. A.

Universidade Anhanguera - Uniderp, Campo Grande, MS, Brasil.

Apresentação: Natália Resende Nacer

A carne bovina é o produto de origem animal mais consumido no Brasil, sendo considerado um alimento essencial na constituição de dietas equilibradas, nutritivas e saudáveis. Devido à sua importância e a exigência dos consumidores, que cada dia tornam-se mais esclarecidos e conscientes no que diz respeito à qualidade, houve um aumento de forma significativa por produtos inócuos. A manipulação dos produtos cárneos de origem bovina deve seguir condições higiênicas adequadas, proporcionando produtos seguros aos consumidores. **Objetivo:** Avaliar a qualidade microbiológica de resíduos cárneos de açougues do Município de Campo Grande – MS. **Metodologia:** Foram coletadas amostras de resíduos de carne bovina moída na hora em dez açougues de uma determinada região do Município de Campo Grande – MS, sendo coletada 1 amostra de cada local, totalizando 10 amostras. As amostras foram adquiridas na qualidade de consumidor, no período matutino no mês de dezembro de 2009 entre 08:00 às 11:20. As mesmas foram acondicionadas em uma caixa térmica com gelo reciclável e levadas ao laboratório de Microbiologia de Alimentos. Realizaram-se as análises microbiológicas de acordo com as metodologias descritas pela APHA (2001) e por Silva *et al.*, (2001). Realizaram-se as análises quanto a número e presença de Coliformes a 45°C e Totais, *Salmonella* spp., Estafilococos

coagulase positiva e Clostridium sulfito-redutor a 46°C/g. **Resultados:** Das dez amostras analisadas, cinco (50%) apresentaram contaminação por coliformes fecais, estando em desacordo com legislação, que estabelece limite máximo de  $5 \times 10^3$  UFC/g. Estafilococos coagulase positiva esteve presente em três (30%) das amostras em índices que excedem o valor recomendado de  $5 \times 10^3$  UFC/g. A presença de *Salmonella* spp. foi detectada em oito (80%) das amostras, quanto a esse parâmetro, a legislação estabelece ausência deste microrganismo em 25 g da amostra. Não foi detectada a presença de Clostridium sulfito-redutor a 46°C/g nas amostras estudadas. **Conclusão:** Os resultados obtidos ressaltam a importância de uma vigilância permanente e controle higiênico-sanitário, visto que houve uma grande contaminação dos produtos analisados, principalmente em relação a *Salmonella* SSP., o que evidencia um risco a saúde pública.

#### AVALIAÇÃO NUTRICIONAL DE CRIANÇAS ASSISTIDAS POR UMA INSTITUIÇÃO NÃO GOVERNAMENTAL NA CIDADE DE JOINVILLE SANTA CATARINA

Nutrição e Saúde Pública

<sup>1</sup>CZARNOBAY, AS ;SCHOTT, E ; SILVA, R

1 Nutricionistas da Fundação Padre Luiz Facchini

Fundação Padre Luiz Facchini – Joinville – Santa Catarina - Brasil  
Sandra Ana Czarnobay (autora que apresentará o trabalho)

**OBJETIVO:** O presente estudo visa monitorar o perfil nutricional de crianças e adolescentes atendidos nas cozinhas comunitárias custeadas pela Fundação Padre Luiz Facchini em Joinville e região. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo descritivo transversal. A coleta de dados foi realizada nas dependências das cozinhas comunitárias durante o ano de 2009, sendo realizada apenas uma avaliação antropométrica. Para sua realização foram considerados como elementos pertencentes da população alvo as crianças e pré-adolescentes de 2 a 14 anos de idade de ambos os sexos. Os mesmos foram pesados usando roupas leves e descalços, utilizando uma balança digital marca Plenna® modelo Wind MEA-07700 com capacidade de 150kg, e para a aferição da estatura foi utilizado Estadiômetro WCS da marca Cardiomed® vertical com graduação em centímetros. Para classificação do estado nutricional foram utilizadas as curvas de crescimento disponíveis no Software de avaliação nutricional DietWin® Profissional 2008, este programa utiliza vários parâmetros validados para classificação nutricional. **RESULTADOS:** Foram avaliadas 992 crianças e adolescentes entre 2 a 14 anos, sendo que 50,20% do gênero feminino e 49,80% do masculino. O estado nutricional das crianças avaliadas demonstra que 20,8% encontram-se em risco nutricional (3,1% baixo peso, 3,2% desnutrição pregressa, 4,8% desnutrição e 9,7% sobrepeso) e 79,2 apresentaram eutrófia. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** Embora a maior parte das crianças assistidas apresente um estado eutrófico, o quadro das que se encontra em risco nutricional é preocupante, visto que há prevalência de desnutrição e também de obesidade, onde de acordo com a II Conferência Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional em seu relatório final assume efetivamente a obesidade, juntamente com a desnutrição uma manifestação de Insegurança Alimentar e Nutricional. Diante do resultado da pesquisa torna-se imperante reacender a luta defendida por Josué de Castro pela adoção de um modelo de desenvolvimento econômico sustentável e uma sociedade sem miséria e sem fome.

## AVALIAÇÃO NUTRICIONAL DE IDOSOS RESIDENTES EM UMA INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA PARA IDOSOS EM TEÓFILO OTONI- MINAS GERAIS

Nutrição e Saúde Pública

PEREIRA, J.G.<sup>1</sup>; BRITO, C.P.<sup>2</sup>; GOMES, L. F.<sup>1</sup>; MUNIZ, H.B.<sup>1</sup>; DOS SANTOS, A.L.<sup>4</sup>; SOUZA, L.T.<sup>3</sup>; CESÁRIO, M.C.P.<sup>4</sup>.

Faculdades Unificadas Doctum – Campus Teófilo Otoni –M.G.; Brasil.

Autor apresentador: July Gonçalves Pereira

<sup>1</sup> Discentes do curso de Nutrição das Faculdades Unificadas Doctum-Teófilo Otoni – M.G.

<sup>2</sup> Bacharel em Nutrição pelas Faculdades Unificadas Doctum-Teófilo Otoni – M.G.

<sup>3</sup> Docente das Faculdades Unificadas Doctum – Teófilo Otoni –M.G.

<sup>4</sup> Docentes do Instituto Federal Minas Gerais- São João Evangelista –M.G.

**Objetivo:** Identificar o estado nutricional, segundo o índice de massa corporal, e fornecer informações sobre os riscos de desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis ou desnutrição.

**Métodos:** Estudo transversal, no qual a população em estudo foi composta 32 idosos, com idade a partir de 71 anos, residentes em uma instituição de longa permanência em Teófilo Otoni, Minas Gerais. A avaliação antropométrica foi realizada obtendo-se o valor do índice de massa corporal e da circunferência da panturrilha.

**Resultados:** Avaliou-se toda a população, por se tratar de um grupo pequeno. Entre os idosos deambulantes encontrou-se 36,36% com baixo peso, desnutridos, 54,54% eutróficos e 27,27% com sobrepeso. Entre os idosos cadeirantes encontrou-se 83,33% da população com déficit de massa muscular.

**Conclusão:** Os resultados encontrados indicaram a prevalência de 66,6% da amostra com estado nutricional inadequado, evidenciando a necessidade de medidas de reabilitação da saúde nutricional desses idosos.

## AVALIAÇÃO NUTRICIONAL E CONSUMO ALIMENTAR DE ÁRBITROS DA LIGA BRASILEIRA DE BASQUETEBOL

Nutrição Esportiva

BOSKO, A.C. F.; MIRANDA, M. L. P.; REGINATO, A.; BORIN, J. P.; MERCADANTE, L. A.; CHACON-MIKAHIL, M. P. T.; CAVAGLIERI C. R.; DANIEL, J. F.;

MONTAGNER, P. C.; ANTUNES, A. E. C.

Faculdade de Ciências Aplicadas – UNICAMP Limeira/ Brasil

Faculdade de Educação Física – UNICAMP Campinas/ Brasil

Alimentação equilibrada e forma física ideal são essenciais para a manutenção da saúde, especialmente entre praticantes de atividade física. Nesse projeto, objetivou-se fazer avaliação nutricional e de consumo alimentar de 47 árbitros da Liga Brasileira de Basquetebol, sendo 9 do sexo feminino e 38 do sexo masculino, para verificar se sua alimentação está adequada ao estilo de vida que levam e ao tipo de esforço físico ao qual são submetidos. Foi aplicado Questionário de Frequência Alimentar, e feita avaliação antropométrica da população em estudo, coletando-se peso e altura em balança antropométrica para cálculo do Índice de Massa Corporal, expresso em kg/m<sup>2</sup>. Os resultados foram rapidamente analisados pela equipe no dia da coleta e apresentados para os árbitros

utilizando-se como ferramenta a Pirâmide Alimentar Brasileira. Posteriormente, foram calculados o consumo energético, de macronutrientes (carboidratos, proteínas, gorduras), e micronutrientes (cálcio, fósforo, ferro e vitaminas A, B1, B2, niacina, C) da dieta dos árbitros e verificada a adequação desses valores em relação à recomendação diária (IDR). Os resultados indicaram baixo consumo de frutas e hortaliças e de alimentos fontes de carboidratos. Em relação aos dados antropométricos, grande parte dos árbitros, principalmente do sexo masculino, apresentaram sobrepeso.

## AVALIAÇÃO NUTRICIONAL EM PACIENTES PORTADORES DE NEFROPATIA DIABÉTICA EM TRATAMENTO CONSERVADOR

Nutrição Clínica

Apresentador: Mayara Rebello Azevedo de Souza

Autores: Azevedo, S. R. G.; Dias, N. A.; Souza, M. A. R.; Silva, A. C. S.; Rodrigues, M. H. T.; Petrucci, K. C.

Universidade Federal do Amazonas, Manaus – Amazonas - Brasil

Apresentador: Mayara Azevedo Rebello de Souza

**Objetivo:** Avaliar o estado nutricional de pacientes portadores de diabetes com nefropatia em tratamento conservador, atendidos no ambulatório da Universidade Federal do Amazonas. **Métodos:** Foi realizada avaliação antropométrica para obtenção do Índice de Massa Corporal (IMC), e percentual de gordura pela soma das quatro pregas cutâneas (bíceps, tríceps, subescapular e supra-iliaca) de 21 pacientes, realizada no mês de agosto de 2009. Para obter o estadiamento da National Kidney Foundation (NKF) para insuficiência renal crônica (IRC), a taxa de filtração glomerular (TFG) foi calculada através da equação de Cockcroft-Gault. **Resultados:** Da amostra em estudo 61,9% dos pacientes são do sexo feminino e 38,1% do sexo masculino. Observa-se que o IMC está acima do padrão da normalidade para maioria, apresentando 42,9% com sobrepeso, 23,8% em obesidade grau I e 9,5% em obesidade grau II, apenas 23,8% encontram-se eutróficos. Quanto à avaliação através da soma das quatro pregas verifica-se que 90,5% classificam-se como obesos e 9,5% estão em estado nutricional adequados. Ao avaliar a função renal 47,62% dos pacientes estão em fase 3 do estadiamento da NKF, 19,04% encontram-se em fase 1, o mesmo valor é encontrado para fase 2, na fase 4 acha-se 9,53% dos pacientes e 4,77% estão na fase 5. Quando relacionado o IMC com a função renal, observa-se que dos pacientes com sobrepeso 28,57% apresentam função renal em estágio 3, 4,76% estão em fase 1, sendo encontrado o mesmo valor para as fase 4 e 5. Os obesos em grau I mostram-se 14,29% em fase 3 e 9,53% em fase II. Obesos em grau II revelam o mesmo número (4,76%) em fase 1 e 2. Os pacientes considerados saudáveis pelo IMC estão com 9,53% em fase 1, na fase 2 estão 4,76%, e esse mesmo valor é revelado na fase 3 e 4. **Conclusão:** O IMC mostrou ser a melhor ferramenta para classificação nutricional, pois a estratificação tornou-se detalhada, possibilitando melhor comparação de dados entre a avaliação nutricional e o estágio da DRC. Ao analisar a relação entre IMC e função renal, foi possível verificar que a obesidade não está diretamente relacionada com a diminuição da TFG, pois os grupos de obesidade grau I e II não mostraram pacientes em fase 4 ou 5 da NKF, ao contrário do grupo de sobrepeso, onde há todos os estágios da DRC.

## AVALIAÇÃO SEMI-QUALITATIVA DO CONSUMO ALIMENTAR DE ADULTOS ATENDIDOS EM UMA CLÍNICA ESCOLA DA CIDADE DE SÃO PAULO

Saúde Pública

SANTOS, M.S.; SOARES, S.; MINGATOS, R.; MURATA, E.; PIMENTEL, K.  
Universidade Paulista UNIP (Cidade Universitária) Cidade de São Paulo.

Autor: Maria Sinedes Neres dos Santos  
[sineidysantos@yahoo.com.br](mailto:sineidysantos@yahoo.com.br)

**Objetivo:** Avaliar quantitativa e qualitativamente o consumo alimentar de adultos com sobrepeso e obesidade, atendidos em uma clínica escola da cidade de São Paulo. **Metodologia:** No presente estudo foram utilizados prontuários do ano de 2005 de uma clínica de São Paulo, com uma amostra de 58 indivíduos de 19 a 59 anos, de ambos os gêneros que apresentavam sobrepeso e obesidade. As quantidades dos alimentos e preparações consumidas foram obtidas com a aplicação de inquérito alimentar - recordatório de 24 horas. As medidas caseiras foram convertidas em gramas de alimentos tendo como referência a Tabela para Avaliação de Consumo Alimentar em Medidas Caseiras, sendo posteriormente transformadas em porções. As porções foram divididas em grupos alimentares de acordo com as recomendações da Pirâmide Alimentar Adaptada para a População Brasileira, proposta por Philippi (1999). O estado nutricional foi definido a partir do índice de massa corporal (IMC). Foram consideradas com obesidade as pessoas que apresentaram IMC igual ou superior a 30 kg/m<sup>2</sup> e com sobrepeso aquelas com IMC entre 25 e 30 kg/m<sup>2</sup>, de acordo com o critério da Organização Mundial de Saúde (no de referência). **Resultados:** No presente estudo 32,97% dos indivíduos de ambos os gêneros não consumiam nenhuma porção do grupo das hortaliças e o consumo de 2 porções apresentou maior índice entre os homens com 33,33% e já entre as mulheres foi de apenas 15,22%. Em relação ao consumo de frutas nos dois gêneros, verificou-se que mais da metade dos indivíduos (55,17%) consumiam de 0 a 1 porção de frutas. O consumo de frutas e hortaliças apresentou maior prevalência entre os homens com aproximadamente 4,13 porções diárias. **Conclusão:** A população estudada de um modo geral não atingiu as recomendações estabelecidas quanto aos grupos alimentares, portanto mostra - se necessária a realização de outros estudos e programas de intervenções nutricionais\*educação nutricional para incentivar o aumento do consumo principalmente de FLV que avaliem o consumo alimentar de indivíduos com sobrepeso e obesidade por um período maior de tempo.

## AVALIAÇÃO SENSORIAL DE DOCE À BASE DE RESÍDUO DE SOJA SEGUINDO PRECEITOS DO PROGRAMA ALIMENTE-SE BEM

Nutrição e Saúde Pública

CONZO, G. C.  
Serviço Social da Indústria (SESI) Santos, São Paulo, Brasil.

**Objetivo:** avaliar a aceitabilidade global de um doce tipo beijinho de coco preparado com resíduo do grão de soja, sendo este fonte de carboidratos de baixo índice glicêmico, minerais, fibras e proteína, que apresenta vantagens em relação ao grão de soja. **Metodologia:** O doce foi elaborado através da utilização do resíduo de soja, subproduto do processo de extração do extrato leitoso de

soja. Foi misturado sob calor seco o resíduo de soja, açúcar refinado, coco ralado e margarina com 80 % de lipídios. A análise sensorial foi desenvolvida através do teste de aceitabilidade global realizado com 83 julgadores não treinados selecionados aleatoriamente no Centro de Atividades do SESI Santos (SP), utilizando escala hedônica de 9 pontos (1=desgostei muitíssimo a 9=gostei muitíssimo). Esta análise teve como objetivo interpretar reações das características dos alimentos como são percebidas pelos sentidos da visão, olfato, gosto, tato e audição.

**Resultados:** A maioria dos julgadores corresponde a pessoas com 45 a 55 anos de idade (32,5 %) e do gênero feminino (64 %). O nível de escolaridade predominante foi ensino médio completo com 40% da amostra, seguido do ensino superior completo com 36 %. A média das notas atribuídas pelos consumidores para o doce foi de 8, com aceitação de 94 % e rejeição de 6 % para notas entre 5 a 1 da escala. O principal comentário feito do doce foi em relação a textura que se apresentava menos consistente quando comparada a textura do beijinho tradicional com leite condensado, porém a aceitação manteve-se alta.

**Conclusões:** Considerando que um alimento aceitável deve apresentar média de aceitabilidade superior a 7 e seguindo os preceitos do Programa Alimente-se Bem, há viabilidade de elaboração de doce com resíduo de soja com qualidade nutricional e sensorial oferecendo a todos preparações econômicas, saborosas, saudáveis e nutritivas e de contribuição com as questões de sustentabilidade ambiental.

## AVALIAÇÃO SUBJETIVA GLOBAL E RASTREAMENTO DO RISCO NUTRICIONAL 2002

Nutrição Clínica

Meireles, M.; Führ, L.; Zaleski, F.; Bortoli, B.; Wazlawik, E.  
Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis/SC – Brasil  
Marion Schneider Meireles – responsável pela apresentação do trabalho

**OBJETIVO:** Avaliar o risco nutricional em pacientes hospitalizados, através da Avaliação Subjetiva Global (ASG) e do Rastreamento de Risco Nutricional (*Nutritional Risk Screening* – NRS 2002).

**METODOLOGIA:** Estudo transversal, cuja amostra compreendeu 47 pacientes com idade média de 49,3 ± 17,6 anos, internados no Hospital Universitário da Universidade Federal de Santa Catarina, no período de abril a junho de 2010. A maioria dos participantes era do sexo masculino (n=28), correspondendo a 59,6% da amostra. Na ASG, foi considerada a história clínica, perda de peso em kg e porcentagem, ingestão alimentar, sintomas gastrointestinais, capacidade funcional e estresse metabólico da doença e, além disso, as características físicas como depleção muscular e gordurosa e presença de edema. Ao final do instrumento, ASG caracterizou o estado nutricional em: nutrido (A), moderadamente ou suspeita de ser desnutrido (B) e gravemente desnutrido (C). No NRS 2002 constou o Índice de Massa Corporal, porcentagem de perda de peso, alteração na ingestão alimentar, além da gravidade da doença. Os pacientes receberam uma pontuação de acordo com o estado nutricional e os requerimentos nutricionais relacionados à gravidade da doença como: ausente, leve, moderado ou grave, convertidos em um escore numérico, resultando em um total de 0 a 6 (para idade e" 70 anos, foi somado mais 1 ponto ao escore total), onde um escore total e" 3 foi considerado risco

nutricional. **RESULTADOS:** De acordo com a amostra, o risco nutricional foi identificado em 22 pacientes (46,8%), conforme o NRS 2002 e, em 61,7% segundo a ASG (n=29). Dos 22 pacientes classificados em risco nutricional de acordo com o NRS 2002, 19 (86,4%) também foram identificados como em risco nutricional ou desnutridos pela ASG. Apenas 3 pacientes em risco pelo NRS 2002 foram classificados como bem nutridos pela ASG e 10 bem nutridos, segundo o NRS 2002, como em risco nutricional pela ASG. **CONCLUSÃO:** Tanto a ASG quanto o NRS 2002 são importantes em determinar a desnutrição e o risco nutricional em pacientes hospitalizados, sendo, no entanto, recomendados estudos adicionais para confirmar e indicar os fatores que podem interferir mais em um método do que noutro.

### CÁLCIO E FATORES ANTINUTRICIONAIS: CONSUMO DE LEITE, DERIVADOS E DE REFRIGERANTES POR ALUNOS DO CURSO DE NUTRIÇÃO DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO.

Nutrição e Saúde Pública

MACHADO, A.T.S.<sup>1</sup>; CAVALCANTE, L.F.P.<sup>1</sup>; PADILHA, L.L.<sup>1</sup>; ROCHA, N.P.<sup>1</sup>; CANTANHEDE, R.C.A.<sup>1</sup>; SANTOS, S. de J.L.<sup>1</sup>; MACHADO, S.P.<sup>2</sup>

1. Acadêmica de nutrição da Universidade Federal do Maranhão  
2. Professora Assistente da Universidade Federal do Maranhão  
Universidade Federal do Maranhão- UFMA, São Luís-MA  
Apresentador: Andressa Talícia Santos Machado

**Objetivo:** Avaliar a frequência de consumo de leite, derivados e de refrigerante, bebida que contém fatores antinutricionais, pelos estudantes de nutrição da Universidade Federal do Maranhão.

**Metodologia:** Foi realizado um estudo transversal com análise descritiva, envolvendo 28 indivíduos de ambos os sexos, com idade entre 17 e 26 anos, matriculados no curso de Nutrição da Universidade Federal do Maranhão durante o ano de 2010. Foram selecionados todos os estudantes de nutrição que freqüentaram as aulas no período da coleta de dados e que aceitaram participar do estudo, mediante assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido. Para a coleta de dados foi utilizado o questionário de frequência alimentar elaborado pelo Ministério da Saúde. A análise dos dados obtidos foi realizada através do cálculo de porcentagens.

**Resultados:** Quanto ao consumo alimentar nos últimos sete dias, 3,57% dos entrevistados não haviam consumido leite ou derivados durante toda semana; 21,43% consumiram de 1 a 3 dias/semana; 21,43% consumiram de 4 a 6 dias/semana e 53,57% dos entrevistados consumiram diariamente. Quanto à ingestão de refrigerantes, somente 3,57% afirmaram consumi-los diariamente, 10,71% consumiram de 4 a 6 dias/semana, 60,72% consumiram de 1 a 3 dias/semana e 25% relataram o não consumo da bebida.

**Conclusões:** A ingestão de leite e derivados não foi satisfatória, pois a recomendação é de que o seu consumo seja diário e isso não aconteceu em boa parte da amostra, já o consumo de refrigerantes, bebidas que contém fatores que influenciam a absorção orgânica do cálcio, ainda é evidente mesmo não estando presente diariamente na alimentação da maioria dos estudantes, diante disso, é válido ressaltar que apesar de detentores de conhecimento, o público estudado ainda necessita de mudança em seus hábitos alimentares, no que se refere, principalmente, a inclusão de leite e derivados que fornecem não somente o cálcio, como outros nutrientes importantes para o organismo.

### CAPACIDADE ANTIOXIDANTE DA SEMENTE E DAS FARINHAS DE SEMENTE DE ABÓBORA (*CUCURBITA MAXIMA, L.*) SUBMETIDAS A DIFERENTES TRATAMENTOS TÉRMICOS

Nutrição e Saúde Pública

Fernanda Cristina Esteves de Oliveira<sup>1</sup>, Monise Viana Abranches<sup>2</sup>, Camila Gonçalves Oliveira Chagas<sup>3</sup>, Adriana Lopes Peixoto<sup>4\*</sup>, Josefina Bressan<sup>5</sup>, Ana Vlândia Bandeira Moreira<sup>6</sup>

<sup>1</sup> Nutricionista, M.Sc., Discente do Programa de Pós-Graduação em Ciência e Tecnologia de Alimentos, Universidade Federal de Viçosa;

<sup>2</sup> Nutricionista, M.Sc., Discente do Programa de Pós-Graduação em Biologia Celular e Estrutural, Universidade Federal de Viçosa;

<sup>3</sup> Graduada em Ciência da Nutrição, Universidade Federal de Viçosa;

<sup>4</sup> Nutricionista, Coordenadora do setor de Nutrição da empresa AS SISTEMAS/Dietpro

<sup>5</sup> Docente do Departamento de Nutrição e Saúde, Universidade Federal de Viçosa;

<sup>6</sup> Docente do Departamento de Nutrição e Saúde, Universidade Federal de Viçosa;

**Instituição:** Universidade Federal de Viçosa, Viçosa, MG, Brasil.

\* Adriana Lopes Peixoto irá apresentar o trabalho

**Objetivo:** O objetivo do trabalho foi avaliar a capacidade antioxidante da semente de abóbora *in natura* e das farinhas de semente de abóbora (*Cucurbita maxima, L.*) submetidas a diferentes tratamentos térmicos. **Metodologia:** Os frutos foram lavados em água corrente, em seguida fracionados e retirados 250 g de sementes. Estas foram higienizadas e secas ao sol por 4 horas. As amostras de farinha foram obtidas a partir das sementes secas, trituradas. Para as análises utilizaram-se 50g de semente de abóbora, *in natura*, sem tratamento térmico (SST); 50g de farinha de semente de abóbora 5 minutos calor seco direto (FSCSD); 50g de farinha de semente de abóbora 15 minutos calor seco indireto (FSCI); 50g de farinha de semente de abóbora 15 minutos calor úmido + 5 minutos calor seco indireto (FSCUCD). Após o processamento das sementes de abóbora, foram obtidos os extratos de cada amostra. Determinou-se a capacidade antioxidante na semente *in natura*, nas farinhas e na água de cocção da FSCUCD, pelo método do DPPH (1,1-Diphenyl-2-*perylhydrazyl radical*) em triplicata. Para análise do efeito do tipo de tratamento térmico sobre a capacidade antioxidante na semente e nas farinhas de semente de abóbora foi aplicado os testes ANOVA e de comparação de médias de Tukey, considerando um nível de significância de 5%, com o auxílio do software SAS, versão 9.1.

**Resultados:** Verificou-se que a SST apresentou menor capacidade antioxidante em comparação com as farinhas testadas (p<0,05). Em contrapartida, a FSCSD e a FSCI mostraram maior capacidade antioxidante em relação às demais, sendo que FSCSD obteve o maior percentual, 58,33% (p<0,05). Não houve diferença significativa entre FST e FSCUCD. Ainda, pode-se constatar migração de compostos antioxidantes (vitaminas, compostos fenólicos, dentre outros) para água de cocção utilizada na FSCUCD.

**Conclusão:** Neste estudo observou-se que o tipo de tratamento térmico influenciou a capacidade antioxidante, sendo verificados melhores resultados para as farinhas submetidas ao calor seco direto e ao calor seco indireto. Isto mostra que a aplicação da dietética, ou seja, a escolha de um processamento pode garantir não só uma maior qualidade nutricional como também a segurança para o consumo deste alimento, visto que grãos e sementes contêm naturalmente fatores antinutricionais.

**Palavras-chave:** Semente de abóbora, *Cucurbita maxima, L.*, Capacidade antioxidante.

### CAPACITAÇÃO DE MULTIPLICADORES EM “PROMOÇÃO DA AMAMENTAÇÃO E ALIMENTAÇÃO COMPLEMENTAR” EM DUAS COMUNIDADES NO MUNICÍPIO DE SOURE NA ILHA DO MARAJÓ-PA.

Nutrição e Saúde Pública

Campos, J.; Tuma, R.; Araújo, M.; Gibson, C.; Neta, A.; Cunha, T.; Centro Universitário do Estado do Pará. Belém-PA. Brasil.

Apresentadora: Rahilda Brito Tuma

**OBJETIVO:** Ampliar os conhecimentos sobre as vantagens da amamentação e fornecer noções e orientações para uma alimentação complementar adequada em duas comunidades localizadas na periferia do município de Soure na ilha do Marajó-PA, com foco na formação de multiplicadores. **METODOLOGIA:** Realização de visita técnica para reconhecimento das duas comunidades e escolha do local apropriado para a realização da oficina. Seleção dos participantes com perfil para atuarem como multiplicadores. Planejamento e definição dos temas a serem trabalhadas na oficina. Organização de material informativo e certificados. Execução da oficina. **RESULTADOS:** Foi realizada uma oficina constituída de 6 aulas teóricas alternadas com atividades práticas, adaptadas do Manual para Capacitação de Multiplicadores na Promoção da Amamentação e Alimentação Complementar. Utilizou-se uma linguagem de fácil entendimento e apropriada para a população-alvo, abordando os seguintes temas: situação do aleitamento materno no Brasil, vantagens do aleitamento materno exclusivo, funcionamento das mamas, como a criança mama, alimentação complementar, noções de higiene no preparo dos alimentos e ações de promoção, proteção e apoio ao aleitamento materno. As atividades práticas basearam-se na aplicação de dinâmica a fim de contribuir para o melhor entendimento do conteúdo teórico e para a troca de conhecimentos e experiências práticas entre os participantes. Foram capacitadas 20 pessoas com perfil para atuar como agentes multiplicadores. **CONCLUSÕES:** A formação de multiplicadores para a promoção do aleitamento materno e da alimentação complementar proporcionou aos membros das duas comunidades o esclarecimento quanto às crenças e tabus que influenciam tanto na manutenção do aleitamento materno como na introdução de alimentos complementares apropriados. Conclui-se que a promoção da amamentação deve começar pela capacitação de pessoas através de ações educativas que incentivem práticas saudáveis da alimentação de crianças e colaborem para a redução da morbimortalidade materno-infantil nas populações mais carentes.

### CAPACITAÇÃO PARA MANIPULADORES DE ALIMENTOS EM UMA (UAN) DO MUNICÍPIO DE SÃO PAULO

Nutrição e Saúde Pública

SANTOS, M.S.; COSTA, A.; SPINELLI, M.G.N.

Universidade Paulista UNIP (campus Cidade Universitária) - São Paulo.

Autor: Maria Sinedes Neres dos Santos

[sineidysantos@yahoo.com.br](mailto:sineidysantos@yahoo.com.br)

**Objetivo:** Capacitar os manipuladores de alimentos quanto à importância de boas práticas de higiene na UAN. **Metodologia:** O presente trabalho foi realizado durante o ano de 2009, em uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) de uma empresa que fornece 400 refeições ao dia, para crianças do ensino maternal e

infantil. Para o desenvolvimento teórico do treinamento foram observados aspectos referentes ao recebimento dos produtos, a organização do estoque, às técnicas de manipulação, de porcionamento, de distribuição, o comportamento dos manipuladores, questões de higiene ambiental e pessoal, e da manipulação do lixo. Frente às atividades realizadas na UAN foram observadas as técnicas que precisavam ser enfocadas na capacitação dos manipuladores. Antes da capacitação foi aplicada uma prova escrita contendo dez questões de múltipla escolha sobre o conteúdo que seria abordado no treinamento. Essa prova objetivou analisar o conhecimento dos funcionários antes do treinamento. Este foi realizado para 42 funcionários que desempenham diversas atividades na empresa, como serviços gerais, manipuladores e limpeza, com duração de duas horas. O conteúdo foi explicado aos funcionários com o apoio de material multimídia para maior compreensão. Após o treinamento foi realizada uma segunda avaliação utilizando a mesma prova, para verificação do aproveitamento do conteúdo ensinado na capacitação. Os dados coletados foram submetidos a uma análise estatística descritiva, e os resultados foram apresentados por meio de gráficos de distribuição de frequência para melhor visualização. **Resultados:** Pode-se observar que, neste estudo, a média de notas da primeira prova foi de 7,81, com desvio padrão de 1,45. Entre as avaliações, 21,43% dos resultados foram de notas consideradas “insatisfatórias” (5 e 6 pontos), 16,6% dos resultados da avaliação considerados “regular” (7 pontos), 50% de notas consideradas “boas” (8 e 9 pontos), e somente 11,9% de notas consideradas “excelentes” (10 pontos). Após o treinamento, na segunda avaliação, a média de notas obtidas pelos manipuladores foi de 9,21, com desvio padrão de 1,0 notando-se assim uma melhora expressiva com uma maior homogeneidade. Observa-se que a porcentagem da frequência de notas teve relativo aumento, deixando de existir notas consideradas “insatisfatórias”, somente 9,53% de notas consideradas “regulares”, 38,1% de notas consideradas “boas” e 52,38% de notas consideradas “excelentes”. A média da nota obtida pelos manipuladores avaliados deixou de ser considerada “regular” na primeira avaliação passando a “boa” na segunda avaliação, indicando a eficiência na reciclagem dos conhecimentos dos funcionários. **Conclusão:** Os resultados obtidos permitem concluir que o treinamento foi essencial na capacitação dos funcionários, para que estes colocassem em prática o que aprenderam na teoria, garantindo assim condições absolutas de segurança higiênico-sanitária na manipulação dos alimentos.

### CARACTERÍSTICAS SOCIOECONÔMICAS E ACEITAÇÃO DA ALIMENTAÇÃO SERVIDA DE UM GRUPO DE USUÁRIOS INTERNADOS EM UMA UNIDADE HOSPITALAR DE PETRÓPOLIS.

Nutrição Clínica

**Autores:** SOUZA, C. M. D.; GOMES, L. I.; HORTA, M. C. R. X.; CAPELLI, J. C. S.

Hospital Municipal Dr. Nelson de Sá Earp  
Petrópolis, Brasil

Autor apresentador: Carolina Montes Durões de Souza. (SOUZA, C. M. D.)

As preparações alimentares servidas dentro de uma unidade hospitalar têm a função de auxiliar a recuperação da saúde, concomitantemente com outros cuidados oferecidos aos usuários. Mediante a importância da alimentação, é imprescindível conhecer a

aceitação dos internos, respeitando a particularidade de cada indivíduo, pois estes respondem melhor ao tratamento quando se alimentam adequadamente. Diante disto, o presente trabalho objetivou conhecer as características socioeconômicas e percepção da alimentação servida de um grupo de usuários internados em uma unidade hospitalar de Petrópolis. Realizou-se um estudo descritivo, quantitativo, transversal, de base primária, com usuários internados na enfermaria do Centro de Recuperação de Adultos, Petrópolis, RJ, em agosto de 2009. As variáveis utilizadas foram sexo, idade, renda familiar, prática de atividade dentro do hospital e a percepção dos usuários em relação a alimentação. Utilizou-se um questionário semi-estruturado desenvolvido para a pesquisa, sendo aplicado por um entrevistador previamente treinado, após o esclarecimento do objetivo da pesquisa e a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) pelo usuário internado. Os dados foram digitados, consolidados e analisados no programa *Excel For Windows 2007*. Foram entrevistados 31 usuários, sendo 42% do sexo feminino e 58% do sexo masculino, apresentando idades entre 30 e 70 anos ou mais. Detectou-se que a grande maioria dos usuários internados é casada (48,4%), têm o ensino fundamental incompleto (48,4%) e renda familiar entre 1 e 2 salários mínimos. Quanto às atividades realizadas no hospital, 83,9% referiram assistir televisão. Em relação às refeições (almoço e jantar) oferecidas no hospital, 77,4%, dos usuários referiram tanto o almoço quanto o jantar como sendo bom, indicando boa aceitação às preparações oferecidas. Conclui-se que a grande maioria dos usuários tem boa aceitação as refeições oferecidas (almoço e jantar), são de baixa renda e baixa escolaridade. A boa aceitação dos usuários às refeições possibilitará uma melhor recuperação no tratamento médico, uma vez que indica que o mesmo se alimenta adequadamente.

#### CARACTERIZAÇÃO ALIMENTAR DE UM GRUPO DE ADOLESCENTES QUE ESTUDAM EM UMA ESCOLA DE COMPUTAÇÃO NO INTERIOR DE SÃO PAULO

Nutrição Clínica

PINTO, N. P.; SANTOS, C. M.; ROCHA, M. S.; SANTOS, A. A.  
Universidade de Franca - Franca - São Paulo – Brasil  
Apresentadora: Natália Pessini Pinto

Este trabalho tem como objetivo caracterizar a ingestão alimentar de um grupo de adolescentes que estuda em uma escola de computação em uma cidade no interior de São Paulo. A população estudada foi de vinte adolescentes com faixa etária de 13 a 17 anos, que foram submetidos a uma entrevista alimentar, composta pelo Questionário de Frequência e o Padrão Alimentar. A ingestão de macronutrientes e a quantidade de refeições diárias realizadas pelo grupo serão analisados pelo *software* "Diet Pro" 5.0, que calcula a quantidade de macronutriente existentes em uma dieta. Os resultados apontam que a maioria dos adolescentes consome dieta normoglicídica (70% dos participantes do estudo), normolipídica (60% dos adolescentes) e hiperproteica (70% dos adolescentes). Em relação ao número de refeições, a maioria (50%) realiza de três a quatro refeições diariamente. Os alimentos mais consumidos pelos participantes do estudo foram: pão francês, leite integral com achocolatado, arroz, feijão, carne bovina e refrigerante. Conclui-se, desta forma, a necessidade de adequar à alimentação destes adolescentes, diminuindo a quantidade de proteínas consumidas, aumentando o número de refeições por dia e ampliando o consumo de frutas e verduras.

**Palavras-chave:** adolescente; consumo alimentar; inquérito alimentar

#### CARACTERIZAÇÃO DO PERFIL ANTROPOMÉTRICO, CONDIÇÕES DE SAÚDE E NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DE IDOSOS DE UM PROJETO DE EXTENSÃO

Nutrição Clínica

SOUZA, F. B.; NASCIMENTO, P. R.; BROEDEL, P.; MONTEIRO, B. S.; SOSSAI, B. A.; PEZENTE, M. P.; SOARES M. A.; DANTAS, M. S. N.; CARVALHO A. R.; SILVA, R. S.; ZAMPIROLI, R. A.; REZENDE, A. M. B.; OLIVEIRA, R.V.; VIANA, E. C.  
CENTRO UNIVERSITÁRIO VILA VELHA. Vila Velha, Espírito Santo, Brasil.  
Apresentador: SOUZA, F.B.

**Objetivo:** Descrever o perfil antropométrico, condições de saúde e nível de atividade física de idosos atendidos pelo Projeto de Extensão Vila Velha Cidadã, Espírito Santo. **Metodologia:** Os dados foram coletados de Janeiro a Junho de 2010 em ações promovidas em parceria com a Prefeitura Municipal de Vila Velha, contando com a participação de idosos voluntários e por livre demanda. Para a classificação do estado nutricional foi aferido o peso (Kg) e a altura(m) e utilizado o Índice de Massa Corporal (IMC)(Kg/m<sup>2</sup>) respeitando a classificação para idosos (LIPSCHITZ, 1994). Foram ainda coletadas informações sobre doenças referidas e hábitos de vida. Para a mensuração do nível de atividade física foi utilizado o IPAQ ([www.ipaq.ki.se](http://www.ipaq.ki.se)), cuja classificação é descrita em: Muito Ativo, Ativo, Irregularmente Ativo A, Irregularmente Ativo B e Sedentário. **Resultados:** Participaram do presente estudo 70 idosos residentes no município de Vila Velha, com média de 69,64±6,67 anos de idade. Dos entrevistados 70% (n=49) responderam não trabalhar de forma remunerada, 10% (n=7) responderam ser aposentados e 20% (n=14) disseram que trabalham de forma remunerada. A análise do estado nutricional revelou que 5,71% (n=4) dos idosos estavam classificados como magros, 34,29% (n=24) estavam eutróficos e 60% (n=42) estavam com excesso de peso. Os entrevistados foram questionados se possuíam alguma doença, 22,85% (n=16) responderam que não possuem nenhuma doença. Sobre o uso de cigarros e consumo de bebidas alcoólicas, 2,86% (n=2) responderam que fumam atualmente, 31,43% (n=22) responderam que já haviam fumado, mas hoje em dia não fumam mais e 65,71% (n=46) responderam que nunca fizeram uso de cigarro. Quanto ao uso de bebidas alcoólicas, 22,86% (n=16) responderam que fazem uso de bebida alcoólica, 14,28% (n=10) responderam que já fizeram uso, porém atualmente não ingerem bebidas alcoólicas e 62,86% (n=44) responderam que não fazem uso de bebidas alcoólicas. De uma maneira geral 1,43% (n=1) disseram que sua saúde está Excelente, 7,14% (n=5) disseram que sua saúde está Muito Boa, 41,43% (n=29) disseram que sua saúde está Boa, 48,57% (n=34) disseram que sua saúde está Regular e 1,43% (n=1) disseram que sua saúde está Ruim. Quando a atividade física, a avaliação dos indivíduos revelou que 15,71% (n=11) são Muito Ativos, 40% (n=28) são considerados Ativos, 20% (n=14) são irregularmente ativos A, 14,29% (n=10) são irregularmente ativos B e 10% (n=7) são sedentários. **Conclusão:** Observou-se na população estudada que entre a maioria dos indivíduos avaliados possui algum tipo de doença e que ao classificarem sua própria saúde os participantes demonstraram com maior frequência que possuem uma saúde regular. Entretanto, os participantes também

demonstraram que se preocupam com a saúde, pois a maioria puderam ser classificados como ativos. Desta forma, ressalta-se a importância de avaliações deste público alvo a fim de direcionar ações que sejam capazes de diminuir os problemas de saúde relatados ao mesmo tempo em que aproveite o fato de praticarem exercícios e atividades físicas como coadjuvante na melhoria da qualidade de vida desta população.

## CARACTERIZAÇÃO DOS HÁBITOS ALIMENTARES DE ESTUDANTES DO ENSINO FUNDAMENTAL DO MUNICÍPIO DE COARI-AMAZONAS

Nutrição e Saúde Pública

Ramos de Souza, E<sup>1</sup>  
de Souza Lira, K<sup>2</sup>  
Irley da Costa Pinho, L<sup>2</sup>  
dos Santos Oliveira, S<sup>3</sup>  
Mendes Tavares, B<sup>2</sup>  
da Silva Moura Souza, C<sup>2</sup>

1- Universidade Federal do Amazonas – Instituto de Saúde e Biotecnologia – Campus Coari/Brasil – Núcleo Epidemiológico de Saúde Coletiva do Médio Solimões. Apresentador do trabalho.

2- Universidade Federal do Amazonas – Instituto de Saúde e Biotecnologia – Campus Coari/Brasil – Núcleo Epidemiológico de Saúde Coletiva do Médio Solimões.

3- Universidade Federal do Amazonas – Instituto de Saúde e Biotecnologia – Campus Coari/Brasil.

**OBJETIVO:** Caracterizar o hábito alimentar de estudantes do ensino fundamental de instituições públicas e privadas de ensino na cidade de Coari-Amazonas. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo de corte transversal, cuja amostra foi composta por 72 estudantes de escolas públicas e privadas, entre crianças e adolescentes de 9 a 15 anos, (n= 48 sexo feminino; n= 24 sexo masculino). Foram excluídas três amostras, pela ausência de dados com relação à idade. Para a coleta de dados de consumo alimentar, fez-se uso do Recordatório Alimentar de 24 horas, que consiste em obter informações escritas ou verbais sobre a ingestão alimentar das últimas 24 horas, com dados sobre os alimentos atualmente consumidos e informações sobre peso/tamanho das porções. Através deste observou-se o índice de expressividade do consumo de nutrientes, distribuídos no total de alimentos consumidos, por meio da frequência do consumo diário dos mesmos, sendo adaptado através do instrumento da MONTEIRO (2004), que utiliza como parâmetro, para classificar o índice de expressividade, a frequência semanal do consumo de nutrientes. Para análise dos dados utilizou-se estatística descritiva, através do *software* SPSS, versão 13.0. **RESULTADOS:** A média de idade foi de 11,43 com desvio padrão de 1,27 anos. Com relação à caracterização do perfil alimentar, observou-se consumo inexpressivo de água em 68,1% do total da amostra, carboidrato simples 44,4%, proteína de baixo valor biológico 87,5% e lipídeos 51,4%, seguido por consumo entre médio e inexpressivo de proteína de alto valor biológico 90,3% e em relação ao consumo entre expressivo e médio classificaram-se o carboidrato complexo com 73,6%, carboidrato refinado 66,7% e produtos industrializados com 75%. **CONCLUSÃO:** Considerando os índices de expressividade obtidos, conclui-se que, se essas crianças, tanto de escolas públicas quanto particulares, continuarem com as

mesmas características de consumo alimentar, sem que haja intervenção no sentido de desenvolver medidas sistemáticas de conscientização, existe grande possibilidade das mesmas tornarem-se adultos portadores de doenças crônicas não transmissíveis como obesidade, diabetes, entre outras.

**Palavras-chave:** Consumo alimentar, Escolares, Amazonas.

## CIRCUNFERÊNCIA DA CINTURA E PESCOÇO: UM ALERTA PARA DOENÇAS CARDÍACAS NA COMUNIDADE DO ITAPÉUA – COARI/AMAZONAS

Nutrição e Saúde Pública

Ramos de Souza, E<sup>1</sup>  
de Souza Lira, K<sup>2</sup>  
Gomes de Lima, R<sup>2</sup>  
Faria dos Santos, G<sup>3</sup>  
Mendes Tavares, B<sup>2</sup>  
da Silva Moura Souza, C<sup>2</sup>

1- Universidade Federal do Amazonas – Instituto de Saúde e Biotecnologia – Campus Coari/Brasil – Núcleo Epidemiológico de Saúde Coletiva do Médio Solimões. Apresentador do trabalho.

2- Universidade Federal do Amazonas – Instituto de Saúde e Biotecnologia – Campus Coari/Brasil – Núcleo Epidemiológico de Saúde Coletiva do Médio Solimões.

3- Universidade Federal do Amazonas – Instituto de Saúde e Biotecnologia – Campus Coari/Brasil.

**OBJETIVO:** Avaliar o estado nutricional de moradoras da Comunidade do Itapéua da cidade de Coari (AM), por meio das medidas antropométricas de peso, estatura, Circunferência da Cintura (CC), Circunferência do Pescoço (CP), e assim verificar o grau de alerta quanto ao desenvolvimento de doenças cardiovasculares. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo de corte transversal, cuja amostra foi composta por 17 mulheres na faixa etária de 20 a 70 anos. A avaliação antropométrica envolveu aferição de massa corporal e estatura, bem como CC e CP, desta última medida excluíram-se três amostras devido a ausência destes dados. A partir dos dados de peso e estatura calculou-se o Índice de Massa Corporal para o diagnóstico nutricional dos sujeitos da pesquisa. Optou-se pelo *software* SPSS for Windows, versão 13.0 para análise dos dados. **RESULTADOS:** A média de idade foi de 39,8 anos, com um desvio padrão de 14,9 anos. Com relação ao estado nutricional 64,7% das mulheres investigadas apresentaram eutrofia e as demais, que correspondem a 35,3% encontravam-se acima do peso, destas últimas, 23,5% com Obesidade classe I. De acordo com a CC, 35,3% delas estavam fora da faixa de risco, no entanto, 35,3% classificaram-se em risco muito elevado para desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis. Quando analisada a CP, 35,3% das moradoras também possuíam circunferência superior a 34 cm, indicando que as mesmas estão acima do peso ideal. **CONCLUSÕES:** Observou-se um grande percentual de indivíduos em sobrepeso, destes com ambas as circunferências aferidas com valores acima dos recomendados. Diante disto, e da relevância das enfermidades associadas ao sobrepeso e obesidade, torna-se necessário mais estudos que se utilizem, principalmente, da medida antropométrica Circunferência do Pescoço, como um indicador de risco para doenças cardiovasculares. Destaca-se também, a necessidade de mais investigações em zonas rurais, tais como as

comunidades ribeirinhas da Região Norte do Brasil, quanto à identificação de fatores de risco para doenças cardiovasculares, e assim intervir nestas populações com estratégias de prevenção e diagnóstico precoce, não apenas destas enfermidades, mas de todas as doenças crônicas não transmissíveis.

**Palavras-chave:** Circunferência do Pescoço, Estado nutricional, Doenças cardiovasculares.

### COMPARAÇÃO DE Na E Kcal ENTRE A VERSÃO ORIGINAL E DIET/ LIGHT DE PRODUTOS COMERCIALIZADOS NA CIDADE DE MARINGÁ – PR.

Nutrição e Saúde Pública

PAGAN, B.; CAPELATO, D.

Pontifícia Universidade Católica do Paraná – PUCPR, Maringá, Brasil.

PAGAN, B. apresentador do trabalho.

Com a transição nutricional ocorrida nas últimas décadas em todas as nações industrializadas e também em desenvolvimento do mundo, a indústria alimentícia tem lançado nos últimos anos inúmeros produtos sob rótulo de alimentos *diet*, que podem ser usados em dietas com restrição de nutrientes – dentre eles carboidratos, gorduras, proteínas, sódio (Na), e *light* definidos como produtos com redução mínima de 25% de kilocalorias (Kcal) ou determinado nutriente com relação ao alimento convencional, sendo estes também considerados como produtos para fins especiais. Portanto, para uma otimização da prevenção de sobrepeso e obesidade e das comorbidades associadas, se faz necessário a utilização de substitutos do açúcar refinado, como é o caso dos adoçantes artificiais. Assim, pesquisas recentes indicam que alimentos e bebidas dietéticas possuem em sua composição adoçantes artificiais, que devido ao teor de Na podem influenciar na elevação dos índices pressóricos, sendo seu consumo contra indicado para pessoas hipertensas, equiparando seus efeitos ao do sal comum. Estudos epidemiológicos indicam que aproximadamente 30% da população adulta possuem sensibilidade à ingestão diária de sódio, sendo este um fator de risco para a incidência de hipertensão arterial e doenças cardiovasculares. Desta forma, o presente estudo possuiu como objetivo principal analisar a incidência de Na e Kcal nas versões original e *diet/light* de produtos comercializados na cidade de Maringá – PR. Esta pesquisa caracterizou-se como descritiva de delineamento transversal, realizada na cidade de Maringá, Paraná, no período de Julho a Agosto de 2010. Foram coletados os índices de Na e kcal indicados no rótulo em uma porção de todos os produtos que possuíam as versões original e *diet* ou *light*, em um estabelecimento das principais redes de supermercados da referida cidade, sendo seus valores expressos em média e desvio padrão, submetidos à estatística descritiva para análise de significância. Os dados obtidos foram coletados em 08 supermercados, totalizando 187 produtos de 84 marcas diferentes, sendo 23 (12,30%) alimentos a base de soja, 19 (10,16%) alimentos e condimentos industrializados, 46 (24,60%) bebidas, 9 (4,81%) alimentos a base de carne, 22 (11,76%) doces, 40 (21,39%) leite e derivados e 28 (14,97%) pães, massas e cereais. A média de Na na versão original dos produtos analisados foi de  $173,57 \pm 341,26$  e nas versões *diet* ou *light* foi de  $161,65 \pm 255,18$ , já de Kcal foi de  $109,19 \pm 67,29$  e  $57,92 \pm 53,91$  ( $P < 0,0001$ ), respectivamente. Destes, 59 (31,55%) apresentaram diferença significativa no teor de Na entre as versões, em 21 (35,59%) o teor de Na na versão *diet/light* foi inferior à original, e em 38 (64,41%) o teor de sódio foi superior. Em 21 produtos (11,23%) as versões *diet*

ou *light* não continham Na em uma porção, em 08 (4,28%) a versão original não apresentou níveis de sódio e em 07 (3,74%) produtos, ambas as versões não continham Na por porção. Em relação à quantidade de Kcal em uma porção, 121 (64,70%) produtos apresentaram diferença significativa entre as versões original e dietéticas, destes, 120 (99,17%) a versão *diet/light* possuiu valores inferiores à original e 01 (0,83%) produto a quantidade de Kcal na versão original foi inferior à versão dietética e 18 (9,62%) produtos não possuíam quantidades significativas de teor energético nas versões *diet* ou *light*. Quando comparadas as versões intra-grupos, nenhum possuiu diferença significativa de Na entre as versões, e com relação a quantidade de Kcal ocorreu diferença no grupo dos alimentos a base de soja ( $P < 0,0001$ ), nas bebidas ( $P < 0,0001$ ), doces ( $P = 0,0165$ ) e leite e derivados ( $P = 0,0165$ ). Conclui-se que o consumo de produtos para fins especiais, pode ser considerado um fator preventivo para surgimento de doenças crônico-degenerativas (dislipidemias, alterações nos índices pressóricos e diabetes), devido a sua menor quantidade de Kcal e por não apresentarem diferença significativa do Na por porção em comparação com as versões originais. Desta forma, os alimentos *diet* e *light*, se destinam a atender as necessidades de indivíduos que necessitam modificar seus hábitos alimentares, uma vez que o excesso de calorias pode resultar em aumento de massa corporal, caracterizando quadros de sobrepeso e obesidade, pois são alimentos processados e adequados à utilização em dietas, de modo a atender as necessidades metabólicas e fisiológicas específicas de cada pessoa.

### COMPORTAMENTO ALIMENTAR, IMAGEM CORPORAL E FREQUÊNCIA DOS TRANSTORNOS ALIMENTARES EM UNIVERSITÁRIAS DO CURSO DE COMUNICAÇÃO SOCIAL, DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO.

Nutrição Clínica

Teixeira, A. F.<sup>1\*</sup>; Castro, L. S. <sup>1</sup>; Viana, B. M. <sup>1</sup>; Viana, N. F. <sup>1</sup>; Rodrigues, D. G. C. <sup>2</sup>

Universidade Federal do Maranhão / São Luís / Brasil

**Objetivo:** Investigar a frequência de possíveis transtornos da alimentação, comportamentos alimentares inadequados bem como a auto percepção da imagem corporal, a partir de escalas de avaliação auto-aplicáveis, em estudantes do sexo feminino, do curso de Comunicação Social da Universidade Federal do Maranhão.

**Metodologia:** Estudo de caráter transversal, com amostragem composta por 23 estudantes do sexo feminino, do referido curso, que aceitaram participar da pesquisa. Foram utilizados como instrumentos de avaliação, as auto-escalas BITE (Teste de Investigação Bulímica de Edimburgo), EAT- 26 (Teste de Atitudes Alimentares-26) e para dimensionar a prevalência de distorção de imagem corporal, utilizou-se o BSQ (Body Shape Questionnaire) em sua versão para o português. As medidas de peso e altura obtidas foram auto-referidas pelas participantes. **Resultados:** A amostra foi composta por estudantes universitárias com idade entre 18 e 27 anos. Analisando-se os instrumentos de avaliação observou-se que, 69,56% estavam no limiar de eutrofia, enquanto 26,09% apresentavam magreza e apenas 4,35% tinham sobrepeso, segundo a classificação do Índice de Massa Corporal. De acordo com as escalas de avaliação de transtornos alimentares, verificou-se que com relação ao BITE, 26,09% das entrevistadas apresentaram comportamento alimentar de risco e 4,35% comportamento alimentar

compulsivo com grande possibilidade para o desenvolvimento de bulimia nervosa. Segundo o EAT, 8,7% possuíam comportamento alimentar de risco para transtornos alimentares, e 91,3% não apresentaram transtorno alimentar. O BSQ revelou que 78,26% não possuem nenhum nível de preocupação com a imagem corporal, com percentual de 13,04% as que tinham preocupação leve, preocupação moderada a grave 4,35%. No grupo amostral 26,09% se sentem gordas em relação ao seu peso e 34,78% já tiveram algum tipo de problema alimentar. **Conclusão:** Percebeu-se que de acordo com o Body Shape Questionnaire e o Teste de Atitudes Alimentares-26, as entrevistadas não apresentaram riscos significativos para o desenvolvimento de Transtornos Alimentares, no entanto, cabe ressaltar que segundo o Teste de Investigação Bulímica de Edimburgo, há um número considerável de alunas que apresentam comportamento alimentar de risco, sendo necessárias investigações mais aprofundadas uma vez que esse grupo está normalmente sujeito à exposição pública, podendo gerar uma preocupação demasiada com a imagem, contribuindo para hábitos alimentares inadequados nesta população.

**Unitermos:** transtornos alimentares, imagem corporal, comportamento alimentar

**Apresentação:** painel ou pôster

#### COMPOSIÇÃO CORPORAL, ALTERAÇÕES ANTROPOMÉTRICAS E RISCO DE DOENÇAS METABÓLICAS E CARDIOVASCULARES EM ADOLESCENTES DE UMA ESCOLA PÚBLICA DO MUNICÍPIO DE ALEGRE-ES

Nutrição e Saúde Pública

CABRAL, L.; SAAR, C.; SANGIARD, G.; VIANNA, G.; PAULA, H.; CARDOSO, L.

Universidade Federal do Espírito Santo – Alegre (ES) - Brasil

Apresentador: Crizian Gomes Saar

**Objetivo:** Avaliar a composição corporal e o risco de doenças crônicas não transmissíveis em adolescentes de uma escola pública do município de Alegre-ES. **Métodos:** A pesquisa constituiu um estudo descritivo de delineamento transversal realizado com 45 adolescentes, de ambos os sexos, na faixa etária entre 11 e 15 anos. Para avaliação antropométrica foram coletadas medidas relativas ao peso (P) e estatura (E), a partir das quais construiu-se o Índice de Massa Corporal por Idade (IMC/I) adotando-se como critério de classificação os pontos de corte sugeridos pela OMS, 2007. Para avaliação do nível de adiposidade determinou-se o percentual de gordura corporal (%GC) por meio das pregas cutâneas tricipital e subescapular de acordo com o protocolo de Slaughter et al, 1998. Para avaliação do padrão de distribuição de gordura corporal utilizou-se a medida da circunferência da cintura (CC) de acordo com a classificação e pontos de corte sugeridos por Katzmark, 2004. O banco de dados foi construído utilizando-se o programa Microsoft Excel e as análises estatísticas foram realizadas com o auxílio do programa GraphPad Prism. **Resultados:** Em relação ao estado antropométrico avaliado através do índice IMC/I a maioria dos adolescentes encontrou-se eutrófica levando-se em consideração ambos os sexos. No entanto, a prevalência de sobrepeso e obesidade mostrou-se elevada na população estudada (26,7%) sendo maior no sexo feminino (30,1%) quando comparado ao sexo masculino (18,75%). Quanto ao nível de adiposidade observou-se ainda maior prevalência de obesidade

com base no %GC (32,7%), sendo esta também maior no sexo feminino (35,6%). Com relação a padrão de distribuição de gordura corporal, 34,5% das adolescentes do sexo feminino apresentaram valores acima do percentil 90, caracterizando o padrão central de distribuição de gordura corporal associado ao risco aumentado de desenvolvimento de doenças metabólicas e cardiovasculares enquanto 18,8% dos adolescentes do sexo masculino apresentaram valores de CC superiores ao percentil 90.

**Conclusão:** A maioria dos adolescentes encontram-se eutróficos com relação ao IMC, no entanto, a prevalência de excesso de peso é elevada em ambos os sexos. O IMC isoladamente não reflete as modificações corporais ocorridas durante a adolescência, dessa forma, a avaliação somente pelo IMC pode ser insuficiente para o diagnóstico de excesso de peso em adolescentes, sendo importante detalhar os componentes da composição corpórea. Alterações no padrão de distribuição de gordura corporal neste grupo etário são preocupantes uma vez que podem iniciar o desenvolvimento de alterações metabólicas e clínicas precoces bem como o agravamento destas na vida adulta. Dessa forma, é de grande importância a implementação de programas de educação nutricional que objetivem a manutenção não somente do peso saudável, mas também da adiposidade dentro dos valores da normalidade.

#### CONCEPÇÃO DE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E SUA CONTRIBUIÇÃO PARA O BEM-ESTAR SOB A ÓTICA DE PARTICIPANTES DO GRUPO VIDA ATIVA

Saúde Pública

ROCHA, C.; SILVEIRA, G.; FRANÇA, S.

Curso de Nutrição – Faculdade de Tecnologia e Ciências – Salvador/BA, Brasil

Apresentação: Cláudia Treumann Rocha

**Objetivo:** compreender a percepção de idosos ativos pertencentes à comunidade de baixa renda sobre alimentação saudável, bem-estar e a correlação entre os dois conceitos. **Metodologia:** pesquisa de natureza exploratória com caráter qualitativo, onde participaram 12 idosos com idade igual ou superior a 60 anos completos, entrevistados na academia de esportes da Faculdade de Tecnologia e Ciências, Salvador/BA. A interpretação das falas dos sujeitos foi feita através de análise de discurso das entrevistas gravadas. **Resultados:** os idosos entendem alimentação saudável como aquela onde existe consumo de frutas e verduras e restrição de gorduras e sal nas preparações, conforme orientações nutricionais recebidas ao longo da vida, principalmente por nutricionistas e estagiários de nutrição. Também foi identificado que os idosos percebem que alimentação saudável é aquela que faz se sentirem bem, embora mudanças de hábitos tenham sido necessárias de acordo com a nova fase da vida. O bem-estar consiste, segundo os entrevistados, em ser saudável, sem problemas e estar feliz. Eles entendem a relevância da alimentação em sua vida, ou por questões de sobrevivência, ou pela relação com saúde e bem-estar. **Conclusões:** o estudo mostrou que o grupo participante percebe alimentação saudável como fator importante para a saúde, não ficando explícita relação direta com bem-estar. Há necessidade de outros trabalhos com idosos a fim de municiar nutricionistas para o aprimoramento de ações educativas que visem à promoção da saúde, bem-estar e qualidade de vida dos idosos.

**CONDIÇÕES DE SAÚDE E PERCEPÇÕES SOBRE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO EM GESTANTES ADOLESCENTES ATENDIDAS NO SERVIÇO DE PRÉ-NATAL NO DISTRITO SANITÁRIO DO CAJURU – CURITIBA/PARANÁ;**  
Saúde Pública

Trennepohl, B. I., Ribas, M. T. G. de O., Morimoto, I. M. I.; Pontifícia Universidade Católica do Paraná; Secretaria Municipal de Saúde; Curitiba/PR, Brasil; Apresentação: Bruna Isadora Trennepohl.

**Objetivos:** O propósito geral do presente estudo foi o de caracterizar as percepções e as práticas alimentares de um grupo de gestantes adolescentes acompanhadas pelo serviço de pré-natal nas Unidades de Saúde do Distrito Sanitário Cajuru da cidade de Curitiba-Paraná. Como objetivos específicos, buscou-se levantar os indicadores das condições de vida e do estado nutricional das adolescentes gestantes, descrever seu consumo e suas práticas alimentares, e suas percepções sobre alimentação e nutrição e analisar a relação entre as práticas alimentares e os valores da imagem corporal durante a gestação. **Metodologia:** Caracteriza-se por um estudo transversal, com complementaridade entre abordagens qualitativa e quantitativa. Para a elaboração do trabalho, foram localizadas as gestantes adolescentes (com idades entre 10 e 19 anos), atendidas pelo Sistema Único de Saúde, acompanhadas pelo serviço de pré-natal de todas as Unidades de Saúde do Distrito Sanitário do Cajuru – SUS Curitiba e que participaram de oficinas do Grupo de Gestante no período estipulado para a coleta de dados da pesquisa. Nestes eventos, as adolescentes que aceitaram ser incluídas no estudo, mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, foram envolvidas em três momentos que compuseram a coleta de dados: questionário para o levantamento de suas condições de vida (idade, local de residência, condições de moradia, renda média familiar, grau de escolaridade, estado civil, histórico de gravidez anterior e presença de agravantes nutricionais) e de sua qualidade alimentar semanal (obtida mediante o preenchimento do Formulário de Marcadores de Consumo Alimentar, proposto pelo Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional), do Ministério da Saúde), coleta de dados antropométricos (que foram inseridos no “Gráfico de acompanhamento nutricional da gestante”, proposto por Atalah (1997), e entrevista semi-estruturada e focalizada, gravada em áudio, para avaliar as práticas alimentares, que seguiu um roteiro de tópicos relativos ao problema de pesquisa. Os dados quantitativos não têm caráter populacional, sendo considerados como ilustrativos de fatores relacionados à questão alimentar – nutricional dos sujeitos envolvidos no estudo. A partir da complementaridade entre as abordagens qualitativas e quantitativas com diálogo e interpretação pertinente ao problema de pesquisa, constituiu-se a discussão dos resultados. **Resultados:** Participaram do estudo 16 adolescentes gestantes, com idades de 15 a 19 anos, frequentadoras da assistência de pré-natal nas Unidades de Saúde, e que participaram das Oficinas de Gestantes durante o período de coleta de dados. Com base nos resultados obtidos, observa-se que os riscos nutricionais das gestantes estudadas correspondem à faixa etária média de 17 anos, situação conjugal instável, baixo poder aquisitivo e de instrução, baixo peso e obesidade pré-gestacional e atual, idade ginecológica inferior a 4 anos, e consumo alimentar inadequado. Quanto ao estado nutricional, notou-se que, do estado pré-gestacional para o gestacional, houve uma elevação no número de gestantes de baixo peso e obesidade. **Conclusão:** Em função do estado nutricional pré-gestacional e da sua evolução, reforça-se que as condutas de assistência na atenção primária devem envolver orientação nutricional permanente, visando à promoção, manutenção

e proteção da saúde. Pôde-se constatar que a alimentação das gestantes é influenciada pela cultura alimentar, transmitida pelas mães e avós, que podem trazer efeitos desfavoráveis à manutenção da saúde. Em relação aos dados qualitativos, encontrou-se que os alimentos escolhidos para o consumo usualmente são aqueles ligados às preferências associadas à fase da adolescência (alimentos industrializados, de baixo valor nutritivo e de fácil acesso). Quanto à sua nova identidade, a gravidez e a maternidade são atribuídas como alcance de superioridade na condição de mulher, reconhecida como a capacidade de gerar uma nova vida. Por outro lado, aspectos como a imagem social e corporal, associados às repercussões da aceitação nos planos familiar e comunitária de uma gravidez em idade precoce, podem trazer riscos para as adolescentes. Durante a gestação, o acompanhamento nutricional individualizado é necessário para determinar as necessidades de nutrientes no período e direcionar as orientações conforme cada diagnóstico. A intervenção nutricional precoce é positiva, visto que exercerá uma influência sobre este prognóstico, propondo práticas de hábitos alimentares saudáveis, que levem em conta os valores sociais desta fase do ciclo da vida, bem como a influência das tradições alimentares geracionais na composição das práticas alimentares.

**CONDIÇÕES HIGIÊNICO-SANITÁRIAS DA TAPIOCA COMERCIALIZADA NA FEIRA LIVRE ITINERANTE DO MUNICÍPIO DE SÃO LUÍS-MA.**

Saúde Pública

BRANCO, E. B. C. – Faculdade Santa Terezinha- CEST. São Luís-MA-BRASIL 1

NASCIMENTO, A. R. – Universidade Federal do Maranhão – UFMA. São Luís-MA-BRASIL

ARAGÃO, N. E. Universidade Federal do Maranhão – UFMA. São Luís-MA-BRASIL

1- Apresentador

A tapioca é produzida a partir da fécula de mandioca, e é fabricada utilizando procedimentos artesanais. O objetivo deste trabalho foi avaliar a qualidade higiênico-sanitária da tapioca comercializada na feira livre itinerante do município de São Luís-MA. Foram realizadas análises microbiológicas de 32 amostras de tapioca e 32 da fécula de mandioca utilizada como matéria prima da tapioca nos meses de julho de 2009 e agosto de 2010. As análises microbiológicas compreenderam a verificação das condições higiênico-sanitárias da tapioca e da fécula, coletadas em dois diferentes bairros, por onde a feira livre itinerante circula, para a determinação do Número Mais Provável (NMP) de coliformes totais e a 45°C, contagem de *Staphylococcus sp.*, bolores e leveduras. A metodologia utilizada foi a preconizada pela American Public Health Association-APHA, 2001. Foram avaliados também, os procedimentos dos manipuladores no ato da venda e as condições dos equipamentos e utensílios no preparo da tapioca. Do total das amostras de tapiocas estudadas, 100% atenderam aos padrões microbiológicos preconizado pela RDC nº 12 de 2001 para coliformes a 45°C, no entanto houve altas contagens de coliformes totais em 25% das amostras variando entre 4,3 x 10 a 2,4 x 10<sup>4</sup>, 18,75% entre 2,1 x 10<sup>3</sup> e 1,2 x 10<sup>5</sup> de *Staphylococcus sp.*, e 3,12% com contagem de 2,7 x 10<sup>2</sup> de bolores e leveduras. As amostras de fécula de mandioca apresentaram níveis de coliformes a 45°C acima dos valores permitidos pela legislação vigente em 43,76%, que admite para este tipo de amostra

o limite máximo de 102 NMP/g, variando entre 1.1 x 10<sup>3</sup> a 2.4 x 10<sup>3</sup>. Para coliformes totais, 81,2%, apresentaram contagens entre 4.6 x 10<sup>2</sup> a 2.4 x 10<sup>3</sup>, e 87,5% dessas amostras apresentaram valores entre 8.4 x 10<sup>1</sup> a 1.1 x 10<sup>6</sup> de *Staphylococcus sp.*, e, 90,62% apresentaram contagens entre 1.3 x 10<sup>3</sup> a 3,2 x 10<sup>7</sup> para bolores e leveduras. Em relação à higiene pessoal e dos equipamentos e utensílios, constatou-se que 62,5% usavam jóias ou adornos nas mãos, 37,5% tinham unhas aparadas, limpas ou sem esmalte, 62,5% tinham cabelos protegidos por touca, bonés ou redes, 100% não utilizavam luvas, 87,5% manipulavam dinheiro e alimento simultaneamente, 62,5% usavam jaleco ou avental, 40% utilizavam jaleco ou avental limpo, 100% não higienizavam corretamente às mãos e 62,5% tinham equipamentos e utensílios em bom estado de conservação. Os resultados revelaram a má qualidade das amostras analisadas e irregularidades na higiene pessoal, dos equipamentos e utensílios, sinalizando um risco no consumo desses alimentos, havendo necessidade de implantação do Sistema de Análise de Perigos e Pontos críticos de Controle (APPCC), assim como também, a utilização de Boas Práticas de Fabricação (BPF), de acordo com a realidade desses feirantes.

### CONDUTA DIETOTERÁPICA EM PACIENTES PEDIÁTRICOS COM LEUCEMIA LINFOBLÁSTICA AGUDA DURANTE O TRATAMENTO QUIMIOTERÁPICO

Nutrição Clínica/Hospitalar

FRANCO, E. P. D de; PAULINO, V; TAHAN, F; LIMA, M. C. C. União das Instituições de Serviço Ensino e Pesquisa Faculdades Integradas ASMEC, Ouro Fino, Brasil.

A leucemia linfoblástica aguda, considerada o câncer das células sanguíneas mais comum na infância, atualmente tem sido relacionada a elevados níveis de cura, atribuídos ao progresso no desenvolvimento dos tratamentos. O tratamento quimioterápico em combate a esta patologia utiliza compostos químicos com a finalidade de erradicar as células cancerígenas, no entanto, por não possuir especificidade para estas células, agredem também células normais, causando prejuízos das condições nutricionais do paciente infantil, gerando deficiências e sintomas desconfortantes. Deste modo, a nutrição reconhecida como parte relevante na abordagem a pacientes oncológicos pediátricos, favorece a tolerância e os resultados do tratamento quimioterápico, contribuindo para que o paciente infantil enfrente os problemas alimentares infundidos pelo tratamento e, assim, auxiliando na cura do mesmo. Foi realizada uma revisão bibliográfica buscando trabalhos atuais nesta área, principalmente aqueles que apresentavam aspectos nutricionais envolvidos no auxílio do estado nutricional de pacientes pediátricos durante o tratamento do câncer, tais como condutas nutricionais adequadas durante os efeitos adversos ao tratamento.

**Palavras-Chave:** leucemia linfoblástica aguda, quimioterapia, conduta nutricional.

### CONDUTA NUTRICIONAL EM MULHERES MENOPAUSADAS ASSISTIDAS EM UMA UNIDADE DE SAÚDE DE VITÓRIA DA CONQUISTA - BA

Nutrição e Saúde Pública

SANTOS, Liliane Cardoso dos<sup>2</sup>; D'ANTONIO, Fábio Marinho<sup>2</sup>;

NOGUEIRA, Dielle Paula da Silva<sup>1</sup>; BRITO, Darth Cléia de Carvalho<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> Acadêmico do Curso de Nutrição da FTC – Faculdade de Tecnologia e Ciências.

<sup>2</sup> Docentes da FTC – Faculdade de Tecnologia e Ciências.

Apresentador do trabalho: Liliane Cardoso dos Santos

**Objetivo:** Analisar a conduta nutricional em mulheres menopausadas assistidas em uma unidade de saúde de Vitória da Conquista - BA. **Métodos:** O estudo é do tipo descritivo e quantitativo sendo realizado em uma Unidade de Saúde de Vitória da Conquista - BA, durante os meses de outubro a novembro de 2009, tendo como sujeito de pesquisa mulheres com idade entre 35 a 59 anos. Foi avaliada uma amostra de 41 mulheres classificadas como menopausadas e pós-menopausadas, com idades entre 35 a 59 anos, onde se observou que a média de idade das entrevistadas foi de 47 anos e a média da idade em que iniciou a menopausa foi de 40 anos. Para analisar a conduta nutricional das mulheres pesquisadas, foi necessário verificar a dieta utilizada por cada uma delas. Para isso, o método escolhido foi um formulário semi-estruturado (apêndice A) composto por 14 questões abertas e fechadas, em relação ao número de refeições/dia que elas faziam, quais alimentos eram consumidos com mais frequência nas refeições, os principais sintomas que se apresentavam a nível físico e emocional. Foi assinado um termo de consentimento Livre e Esclarecido, conforme resolução nº 196/96. **Resultados:** Dentre as 41 entrevistadas, 28 (68,3%) não praticam atividade física e 13 (31,7%) praticam algum tipo de atividade como caminhada, natação e bicicleta. Foi observado que dentre as 13 mulheres que praticavam atividade física, 8 (61,5%) conseguiram reduzir, manter ou tiveram um aumento insignificante de peso. Quanto a investigação dos sintomas a nível físico das entrevistadas, os que mais se destacaram foram, calores em 31% das mulheres, seguido de suores noturnos e 29% de irregularidades menstruais. Também foram investigados os sintomas a nível emocional sendo que 30% das mulheres responderam ter distúrbios do sono, seguido de 24% irritabilidade e 21% alterações de humor. Foram questionadas a interferência dos sintomas no cotidiano, 20 (49%) das entrevistadas disseram que não e 21 (51%) disseram que interferem. Dentre as que responderam sim, as maneiras de interferência mais citadas foram: má relação familiar, baixo rendimento no trabalho, insônia o dia inteiro e dificuldade de concentração. Em meio a 41 participantes, 26 (73%) responderam que não fumam e 15 (37%) responderam que sim. Já em relação a ingestão de alimentos inadequados nas refeições, destacou-se o consumo de café no desjejum com 85,4% e o consumo de frituras no almoço com 90,2%. **Conclusão:** Dos resultados obtidos pode-se perceber que os principais sintomas da menopausa estiveram presentes na vida dessas mulheres, mas esse quadro pode ser revertido com uma mudança no estilo de vida, por exemplo, hábitos alimentares saudáveis, visitas periódicas ao médico e exercícios físicos com frequência.

**Palavras chave:** Menopausa; alimentação; sintomas.

### CONHECIMENTO SOBRE DIREITO HUMANO À ALIMENTAÇÃO ADEQUADA E SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL NO MUNICÍPIO DE ALEGRE, ES.

Nutrição e Saúde Pública

GOBIRA, C. N.; MARTINS, R. M.; VIANNA, G. R. P.; SILVA, S. F.; BARBOSA, W. M.; BARROS, A. A.

Universidade Federal do Espírito Santo – Centro de Ciências Agrárias, Alegre, Espírito Santo, Brasil.

Autor apresentador: GOBIRA, C. N.

O Grupo de Estudos em Segurança Alimentar e Nutricional Prof. Pedro Kitoko (GESAN) caracteriza-se por ser um projeto interinstitucional, que tem como intuito discussões e ações voltadas para questões relativas à Segurança Alimentar e Nutricional (SAN), bem como ao Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA), incentivando o envolvimento de acadêmicos, professores e da comunidade. **Objetivos:** Avaliar o conhecimento das pessoas presentes ao evento em relação a SAN e DHAA e temáticas associadas. **Metodologia:** Foi realizado um levantamento no dia 19 de maio de 2010 durante o evento “Em dia com a Saúde”, realizado no Centro de Ciências Agrárias da Universidade Federal do Espírito Santo (CCA-UFES), localizado no município de Alegre-ES. O evento caracterizou-se por ser aberto à comunidade e oferecer diversos serviços como exames gratuitos, atividades educativas, stands informativos. No evento, integrantes do GESAN aplicaram questionários abordando o conhecimento dos entrevistados sobre o significado de siglas relacionadas à SAN (MST, DHAA, LOSAN, SISAAN, CONSEA, CONSAD, FBSSAN, FOSAN-ES) e sobre a existência de um grupo que aborda o DHAA no CCA-UFES. A sigla BBB, apesar de não se relacionar ao tema, foi inserida para um padrão comparativo. Além disso, os participantes foram indagados quanto ao grau de escolaridade e ocupação. Os questionários foram aplicados aleatoriamente durante todo o evento, totalizando 172. Os entrevistados eram abordados antes que se aproximassem do stand do grupo para que as respostas não fossem tendenciosas. Após despertar o interesse no assunto, os entrevistadores indicavam o stand do GESAN, onde eram fornecidas informações sobre o grupo de estudos e esclarecimentos sobre SAN e DHAA. **Resultados:** A escolaridade de 72,1% dos participantes foi caracterizada como ensino superior incompleto. Quanto ao significado das siglas, apenas 5,2% souberam definir a sigla SAN e 2,3%, DHAA. Em contrapartida, 70,4% dos questionários respondidos foram positivos quando indagado o conhecimento da sigla BBB. Em relação às siglas ligadas ao tema abordado, excetuando GESAN, DHAA e SAN, 13,8% das respostas foram afirmativas quanto ao conhecimento de pelo menos uma das siglas. Dentre os participantes da pesquisa, 8,7% souberam descrever o significado de GESAN. Quando perguntado se conheciam algum grupo que trabalha com DHAA, 55,2% responderam que sim e destes, 49,5% apontaram o GESAN como responsável por este trabalho. **Conclusões:** O levantamento revelou um baixo conhecimento dos entrevistados sobre questões relativas à SAN, mesmo com o elevado percentual de estudantes universitários entrevistados. Isso demonstra que o tema precisa ser abordado dentro das salas de aula de forma mais efetiva entre todos os cursos de graduação e pós-graduação. Apesar de ser um grupo recente dentro do CCA-UFES, quase metade dos entrevistados revelou saber que o GESAN é um grupo que discute o DHAA, e 60,5% demonstraram interesse em participar, o que retrata o impacto positivo do grupo dentro da instituição.

## NUTRIÇÃO, LONGEVIDADE E QUALIDADE DE VIDA – NUTRIÇÃO CLÍNICA

CONSTIPAÇÃO INTESTINAL CRÔNICA FUNCIONAL NA INFÂNCIA: UMA REVISÃO  
Nutrição Clínica

Autor apresentador: Nunes, P.<sup>1</sup> Moraes, J.<sup>1</sup> Sousa, L.<sup>1</sup> Rodrigues, D.<sup>2</sup>. 1- Curso de Nutrição da Universidade Federal do Maranhão, 2- Mestre em Saúde Pública pela Universidade Estadual do Ceará e Professora Assistente da Universidade Federal do Maranhão. São Luís, Brasil.

**OBJETIVO:** Verificar, de acordo com a literatura, a atual configuração do problema de constipação intestinal crônica funcional (CICF) na infância, bem como as complicações envolvidas, diagnóstico e tratamento. **MÉTODOS:** Trata-se de uma revisão de literatura científica acerca do problema da constipação intestinal crônica funcional, na qual foram consultados artigos científicos disponíveis em bancos de dados eletrônicos, destacando-se a Scielo (Scientific Electronic Library Online). A pesquisa bibliográfica ocorreu entre os meses de maio a setembro do ano de 2010, sendo selecionados aqueles artigos que tinham como unitermos: constipação, infância e fibras alimentares. **RESULTADOS:** De acordo com a literatura científica a constipação intestinal constitui-se um dos distúrbios intestinais mais frequentes e persistentes da infância. Sua definição está baseada na eliminação de fezes ressecadas, com esforço e dor. O diagnóstico pode ser feito através da análise de dados da história clínica e exame físico cuidadoso, considerando a importância de um tratamento adequado na prevenção e combate à constipação intestinal crônica, cujas complicações conduzem a um uso progressivo de tratamentos inadequados, o que contribui para a cronicidade e para a efetivação deste como um problema de saúde pública significativo. Mudanças dietéticas e comportamentais, como uma alimentação rica em fibras, devido ao efeito que exerce no trânsito intestinal, bem como um diagnóstico precoce são fundamentais para que tal problema seja minimizado e o sucesso terapêutico alcançado. As crianças que apresentam CICF possuem várias alterações, como pressão esfínctérica alterada, sensibilidade retal diminuída, falta de relaxamento ou contração paradoxal do esfíncter anal externo, redução na quantidade do peptídeo intestinal vasoativo (VIP), entre outras complicações. O diagnóstico pode ser dado através da realização de exames específicos, como exames radiológicos, biópsia retal, manometria anorretal. Em relação ao tratamento, dependendo do quadro, se agudo ou crônico, podem ser realizados acompanhamentos diferenciados, sendo necessário, em alguns casos, intervenções clínicas, cirúrgicas e psicológicas. **CONCLUSÃO:** Verificou-se, através do levantamento bibliográfico que o diagnóstico da constipação intestinal crônica na infância deve ser precoce, a fim de se evitar a evolução, e conseqüentes complicações. Em relação ao tratamento, observou-se que varia dependendo do quadro apresentado, havendo várias formas de intervenção e combate, como uma alimentação rica em fibras para a melhoria do trânsito intestinal, sendo fundamental realizar-se um tratamento adequado para eficaz correção deste problema.

## CONSULTA AOS RÓTULOS DE ALIMENTOS POR CLIENTES DE SUPERMERCADOS EM SÃO LUÍS / MA, BRASIL

Nutrição e Saúde Pública

Autores: Padilha, L.L.<sup>1</sup>, Cantanhede, R.C.A.<sup>1</sup>, Cavalcante, L.F.P.<sup>1</sup>, Machado, A.T.S.<sup>1</sup>, Rodrigues, D.G.C.<sup>2</sup>, Rocha, N.P.<sup>1</sup>, Santos, S.J.L.<sup>1</sup>.

<sup>1</sup>Acadêmica de Nutrição da Universidade Federal do Maranhão

<sup>2</sup> Professora assistente da Universidade Federal do Maranhão

Universidade Federal do Maranhão, São Luís, MA, Brasil

Autora apresentadora: Luana Lopes Padilha

**Objetivo:** Investigar se e como a população adulta frequentadora de supermercados do município de São Luís-MA utiliza as informações presentes nos rótulos de alimentos e bebidas, assim como identificar a importância atribuída a essas informações.

**Metodologia:** A pesquisa foi realizada com 50 clientes de dois supermercados de localidades distintas da cidade de São Luís - MA, selecionados aleatoriamente, através da aplicação de um questionário contendo sete perguntas de múltipla escolha e uma subjetiva, totalizando oito perguntas. Tais perguntas envolviam aspectos sociais, frequência de consulta dos rótulos no momento da compra, informações nele contidas (nutricionais, validade, data de fabricação), alimentos consultados e o objetivo de tal consulta, e interpretação das informações nutricionais dispostas em termos de porção e quantidade de quilocalorias, macronutrientes e sódio.

**Resultados:** A maioria dos entrevistados era do sexo feminino (60%), com média de idade de 34 anos e ensino médio completo (40%) e superior incompleto (30%). Ao serem indagados a respeito do que seriam rótulos de alimentos a grande maioria respondeu local onde contem as informações do produto, perfazendo um percentual de 60%, seguido de local onde encontramos as informações dos nutrientes dos alimentos com 34%. Sobre a consulta dos rótulos na hora da compra, 10,81% não a fazem, 54,05% a fazem raramente, e somente 35,14% relataram essa consulta rotineiramente, sendo que deste último total apenas 37,84% compreendiam as informações neles contidas. Entre os indivíduos que leem os rótulos, 43,24% relataram que o item mais observado são as quilocalorias do produto, bem como a quantidade de vitaminas, minerais e fibras (40,54%), apenas 21,62% buscam a quantidade de gordura e sódio, e 16,22% a comparação de produtos similares. Quando questionados sobre as informações contidas nos rótulos dos alimentos, a grande maioria 83,78% descreveu os aspectos nutricionais e 56,76% data de fabricação, validade e lote do produto. Entre os alimentos mais consultados na hora da compra tem-se: leites, queijos e iogurtes (67,57%), enlatados e embutidos (59,46%) e pães e biscoitos (37,84%), produtos *diet* e *light*, sucos de frutas, carnes e alimentos desconhecidos apresentaram 29,73% cada. No que diz respeito ao teste de interpretação da rotulagem realizado, um pouco mais da metade 52% souberam a fazer, demonstrando certo nível de conhecimento sobre a mesma.

**Conclusões:** Os presentes resultados indicam que os consumidores fazem a utilização da rotulagem dos produtos na hora de sua compra, fato este que reflete o conhecimento do público entrevistado (maioria com ensino médio completo e superior incompleto), apesar de muitas vezes não a interpretarem corretamente. Como já era de se esperar a informação mais buscada na hora da compra são as quilocalorias dos alimentos, especialmente pelas mulheres. Já a consulta pela quantidade de gordura fora baixa. Leite e derivados e os enlatados e embutidos foram os alimentos mais consultados, o que pode demonstrar uma aquisição significativa destes produtos pela população avaliada, o que para os últimos alimentos é preocupante, em virtude das consequências que eles podem trazer à saúde dos indivíduos que os consomem.

## CONSUMO ALIMENTAR DE ADOLESCENTES DURANTE O INTERVALO ESCOLAR: COMPARAÇÃO ENTRE ESTUDANTES DE ESCOLA PÚBLICA E PRIVADA

Nutrição e Saúde Pública

Toloni MHA\*<sup>1,3</sup>, Bastos DV<sup>2</sup>, Vieira VCR<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Disciplina de Nutrologia, Departamento de Pediatria da Universidade

Federal de São Paulo – UNIFESP, São Paulo, SP, Brasil.

<sup>2</sup>Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Sul de Minas Gerais – Campus Muzambinho, Minas Gerais, MG, Brasil.

<sup>3</sup>Departamento de Nutrição da Universidade Federal de Alfenas – UNIFAL, Minas Gerais, MG, Brasil.

\* autor que irá apresentar o trabalho

e-mail: maysatoloni@yahoo.com.br

**Objetivo:** Avaliar aspectos do consumo alimentar de adolescentes durante o intervalo escolar, bem como seus possíveis condicionantes, investigando possíveis diferenças entre aqueles de escola pública e privada.

**Métodos:** Estudo do tipo transversal com 226 adolescentes, de 14 a 19 anos, matriculados no Ensino Médio de uma escola pública e uma privada de Alfenas-MG, e que foram autorizados pelos pais ou responsáveis a participarem da pesquisa. Utilizou-se questionário auto-aplicável, composto por questões fechadas e abertas, sendo avaliados aspectos do consumo alimentar dos adolescentes e seus condicionantes.

**Resultados:** Verificou-se que 43,3% dos adolescentes não consumiam alimentos durante o intervalo escolar. Os principais motivos relatados foram falta de apetite (inclusive associada à realização do desjejum), não gostarem de comer na escola e terem vergonha. Em relação à origem dos alimentos consumidos, encontrou-se maior prevalência de alimentos adquiridos na cantina. As justificativas mais citadas para consumir alimentos no intervalo escolar, já levando em consideração a origem dos mesmos, foram, nesta ordem: (1) o fato dos alimentos da cantina serem mais gostosos, (2) praticidade de comprar na cantina, (3) “fome” no período da manhã e (4) fornecimento de alimentos pelos colegas. Os alimentos mais consumidos pertenciam ao grupo dos açúcares e gorduras. Os adolescentes da escola pública apresentaram consumo superior de alimentos mais baratos (doces, pipoca doce, chips) que os consumidos majoritariamente pelos adolescentes da particular (salgado assado e refrigerante). **Conclusões:** Denota-se a importância da Educação Nutricional junto a esses adolescentes, com ênfase na escolha apropriada dos alimentos, principalmente aqueles consumidos no ambiente escolar. Maior atenção deve ser direcionada aos de nível socioeconômico baixo que necessitam conciliar a adoção de práticas alimentares mais saudáveis à disponibilidade financeira limitada.

**Palavras-chave:** adolescentes; consumo alimentar; alimentação escolar.

## CONSUMO ALIMENTAR E FATORES DE RISCO ASSOCIADOS A DOENÇAS CARDIOVASCULARES EM UNIVERSITÁRIOS

Nutrição Clínica

Autores: Padilha, L.L.<sup>1</sup>, Cantanhede, R.C.A.<sup>1</sup>, Cavalcante, L.F.P.<sup>1</sup>, Machado, A.T.S.<sup>1</sup>, Rodrigues, D.G.C.<sup>2</sup>, Rocha, N.P.<sup>1</sup>, Santos, S.J.L.<sup>1</sup>.

<sup>1</sup>Acadêmica de Nutrição da Universidade Federal do Maranhão

<sup>2</sup>Professora assistente da Universidade Federal do Maranhão

Universidade Federal do Maranhão, São Luís, MA, Brasil

Autora apresentadora: Luana Lopes Padilha

**Objetivo:** Identificar o padrão de consumo alimentar de adultos jovens de uma Universidade pública do município de São Luís - MA, a fim de investigar a associação dos padrões alimentares com fatores de risco associados ao surgimento de doenças cardiovasculares. **Metodologia:** O estudo foi de natureza

transversal, com 30 estudantes do curso de Nutrição, regularmente matriculados numa universidade pública da cidade de São Luís - MA, os quais foram submetidos à aplicação de um questionário de frequência de consumo alimentar (QFCA) simplificado para a avaliação do consumo de alimentos marcadores de risco cardiovascular, entre os meses de junho e julho de 2010. Os alimentos escolhidos foram selecionados porque apresentam um percentual de gorduras saturadas que superam os recomendados pela *Recommended Dietary Allowances* (RDA). Este valor não deveria ultrapassar 10% das calorias totais, no entanto, o consumo de uma porção diária desse grupo de alimentos implica na ingestão de 67g de gordura saturada (603 kcal), correspondendo aproximadamente a 24% da dieta com 2.500 calorias. Outro aspecto relevante quanto aos nutrientes dos alimentos selecionados refere-se ao teor de gorduras *trans*, cujo percentual representa 4% de uma dieta com 2.500 calorias. **Resultados:** A maioria dos estudantes era do sexo feminino (66,67%), com apenas 33,33% de representação masculina, com média de idade de 19,57 anos. Quanto aos alimentos, obtiveram-se os seguintes resultados: 96,67% raramente fazem a ingestão de batata frita ou chips; 50% ingerem bife ou carne assada de 1 a 2 vezes por semana e 30% de 3 a 4 vezes por semana; 33,33% fazem a ingestão de biscoitos doces ou salgados de 3 a 4 vezes por semana, sendo o mesmo percentual para aqueles que ingerem raramente; 46,67% consomem bolos ou tortas de 1 a 2 vezes por semana e 36,67% raramente; a grande maioria consome leite integral puro, e apenas 26,67% raramente o fazem; 70% raramente fazem a ingestão de hambúrguer; em relação aos queijos 33,33% consomem de 1 a 2 vezes por semana, e 26,67% de 3 a 4 vezes por semana, sendo o mesmo percentual para aqueles que ingerem raramente; no que diz respeito à manteiga ou margarina, 50% a consomem 1 vez por dia, e a linguiça ou salsicha, 43,33% a ingerem de 1 a 2 vezes por semana, sendo o mesmo percentual para o consumo raro. **Conclusões:** Diante dos resultados obtidos, pode-se concluir que os estudantes do curso de Nutrição, no que diz respeito à ingestão habitual dos alimentos selecionados, não apresentam risco cardiovascular, isso porque os mesmos não tiveram uma ingestão significativa de tais alimentos. Vale ainda ressaltar a importância de tal achado, pois são estes estudantes, os responsáveis futuramente, por nortear os hábitos alimentares da população, a fim de evitar possíveis intercorrências nutricionais.

## CONSUMO DE ALIMENTOS INDUSTRIALIZADOS NA ALIMENTAÇÃO COMPLEMENTAR DE LACTENTES NO PRIMEIRO ANO DE VIDA

Nutrição Clínica

AUTORES: Santana dos Santos, T.; Santos, J.M.  
UBM – Centro Universitário de Barra Mansa, RJ. Brasil.  
tati.santana23@yahoo.com.br - Autora apresentadora

É essencial para o crescimento e desenvolvimento uma alimentação adequada nos primeiros anos de vida; e a oferta de alimentos industrializados pode influenciar em seus hábitos alimentares futuros. Desenvolveu-se de um estudo transversal qualitativo contemporâneo com foco no consumo de alimentos industrializados por lactentes. O objetivo geral foi verificar quais os alimentos industrializados utilizados na alimentação complementar de lactentes no primeiro ano de vida. A pesquisa foi realizada em creches particulares e consultórios pediátricos nos meses de maio e junho de 2010, através de um questionário, onde 47 mães relataram sobre

a alimentação de seus filhos. O estudo mostrou que 72,35% (n=34) da amostra ainda são amamentadas, mas desses 29,79% (n=14) não receberam amamentação exclusiva. Uma proporção de 68,09% (n=32) da amostra fez uso de alimentos não lácteos com menos de seis meses de idade. Segundo as mães a maior parte dos lactentes tem uma boa aceitação da alimentação complementar e os alimentos industrializados mais consumidos foram os biscoitos e os iogurtes. Apesar da maioria dos lactentes terem sido desmamados precocemente, 70,58% (n=33) estão, segundo seu estado nutricional, eutróficos. Ou seja, apesar da ausência do aleitamento materno exclusivo, a alimentação complementar na forma de alimentos industrializados não foi negativa na alimentação nutricional dos lactentes estudados. A praticidade e a falta de tempo por parte das mães foi o motivo que as levaram a oferecer os alimentos industrializados aos lactentes. E estes alimentos apresentaram boa aceitação pelos lactentes. Torna-se um grande desafio ao profissional de nutrição, que é levar os pais a refletirem sobre a importância do uso de alimentos mais naturais. Apesar do conhecimento que de acordo com a evolução dos países as pessoas necessitam de produtos mais práticos, é de grande importância ressaltar os perigos que esses produtos podem trazer à saúde, em especial à saúde das crianças. Palavras-chave: lactentes, alimentos industrializados, alimentação complementar.

## CONSUMO DE SUPLEMENTOS POR ALUNOS DE ACADEMIAS DE GINÁSTICA EM

SÃO LUÍS – MA

Nutrição Esportiva

CANTANHEDE, R.C.A. 1; MACHADO, A.T.S. 1; CAVALCANTE, L.F.P.1; PADILHA, L.L. 1; ROCHA, N.P. 1; SANTOS, S. de J.L. 1; MACHADO, S.P.2

1. Acadêmica do curso de nutrição da Universidade Federal do Maranhão
  2. Professora Assistente da Universidade Federal do Maranhão Universidade Federal do Maranhão- UFMA – São Luís – Maranhão – Brasil
- Apresentador: Rosângela Cristina Araujo Cantanhede

**Objetivo:** Avaliar o consumo de suplementos entre freqüentadores de duas academias de ginástica em São Luís, através da análise do número de consumidores, dos tipos de produtos ingeridos, da freqüência de consumo e de outras informações, contribuindo assim para futuros estudos e para programas de educação nutricional.

**Metodologia:** Foi realizado um estudo transversal com análise descritiva, envolvendo 41 indivíduos de ambos os sexos, com idade entre 14 e 49 anos, matriculados em duas academias esportivas de São Luís - MA. Participaram do estudo todos aqueles indivíduos que frequentaram a academia no período da coleta de dados e que aceitaram participar do estudo. Aqueles que concordaram em participar assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido. Para a coleta de dados foi desenvolvido um questionário composto por perguntas sobre consumo de suplementos alimentares (tipo, freqüência, tempo de uso). Os dados foram apresentados em freqüências simples e percentuais, médias e variações.

**Resultados:** O uso de suplementos foi relatado por 56,1% (23) dos freqüentadores das academias estudadas, sendo que 48,7% (20) ainda estavam fazendo uso no momento da entrevista. Dentre os consumidores de suplementos, 40% eram do sexo feminino e

60% do sexo masculino, e 60% utilizavam suplementos há menos de um ano. Os suplementos mais citados foram aminoácidos ou outros concentrados protéicos (40,5%), seguido de emagrecedores (23,8%) e hipercalóricos (23,8%). A frequência de consumo variou, sendo diária em 45,4% do grupo e de 1 a 2 dias por semana em 49,9%. Quanto às formas de apresentação, a cápsula (66,6%) foi a mais relatada, seguida do pó (57,1%). Quando interrogados sobre a substituição das refeições por suplementos 81,8% afirmaram nunca realizarem tal prática. **Conclusões:** O uso de suplementos mostrou ser uma prática comum entre os freqüentadores das academias de ginástica investigadas, inclusive entre as mulheres. E apesar da grande maioria não utilizar estes produtos como substitutos de refeição, ações educativas com foco na orientação sobre os princípios da alimentação balanceada e equilibrada por meio apenas da combinação adequada de alimentos e os riscos que o uso indiscriminado de suplementos pode trazer à saúde, podem contribuir com a redução dessa prática, bem como para melhora no desempenho nos exercícios físicos e qualidade vida desses indivíduos.

**DESNUTRIÇÃO E A AVALIAÇÃO NUTRICIONAL PARA A POPULAÇÃO HOSPITALIZADA: UMA REVISÃO. TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO, CURSO DE TERAPÊUTICA NUTRICIONAL, UNIVERSIDADE FEDERAL DE ALFENAS - MG, 2009.**  
Nutrição Clínica/Hospitalar

LUZ, Vivian Mára Silva. REZENDE, Eliane Garcia.

**Introdução:** A desnutrição intra-hospitalar pode interferir negativamente na evolução dos pacientes hospitalizados, aumentando o tempo de permanência hospitalar, o risco de contrair infecções e complicações no quadro clínico. A prevalência de desnutrição em pacientes hospitalizados e na população em geral é muito alta. Fatores como aumento da demanda energética, hipofagia, terapia instituída e patologias de base são algumas causas para que o indivíduo desnutra no ambiente hospitalar. A avaliação nutricional é o método que objetiva diagnosticar o estado nutricional do paciente para que ele atinja bons resultados no seu tratamento e na sua nutrição.

**Objetivo:** Revisar na literatura dados sobre desnutrição intra-hospitalar relacionando-os às técnicas e meios de avaliação nutricional para a população hospitalizada. Para essa revisão contou-se com os seguintes sistemas de bases de dados: livros teóricos e técnicos, artigos de revistas especializadas nacionais e internacionais e documentos brasileiros públicos.

**Método:** O estudo foi realizado por meio de pesquisa bibliográfica, utilizando documentos publicados no período de 1985 a 2006.

**Revisão de Literatura:** Quando há reconhecimento precoce do risco ou da desnutrição já instituída a terapia nutricional pode prevenir ou reduzir a magnitude da doença. Por este motivo, é imprescindível que a avaliação nutricional seja feita no primeiro momento e constantemente, durante a hospitalização. O diagnóstico nutricional mais fidedigno é aquele que reúne o máximo de parâmetros possíveis, pois apesar de existirem métodos mais simples, práticos, não-invasivos e de baixo custo, como por exemplo, a antropometria, limitações existentes podem não condizer com a realidade individual. O conhecimento do peso é imprescindível para a prescrição tanto medicamentosa, quanto dietoterápica.

**Conclusão:** É comum que na hospitalização o paciente não possa ser pesado em balanças usuais. Então os métodos validados

existentes na literatura tornam-se necessários para que o objetivo traçado pela equipe seja capaz de restabelecer e garantir a saúde do paciente. Sugere-se que pesquisas sobre avaliação nutricional antropométrica de indivíduos hospitalizados sejam desenvolvidas na rotina hospitalar.

**DESNUTRIÇÃO HOSPITALAR E INGESTÃO PROTÉICA ENERGÉTICA DE LACTANTES INTERNADOS NO HOSPITAL ANTÔNIO PEDRO – NITERÓI - RJ**  
Nutrição Clínica

Augusto, ALP; Antunes, M M, Valle, J  
Faculdade de Nutrição – Universidade Federal Fluminense  
Niterói, Rio de Janeiro, Brasil  
Apresentador: Joyce do Valle [vallenut@yahoo.com.br](mailto:vallenut@yahoo.com.br)

A desnutrição hospitalar e outros distúrbios carenciais nas crianças internadas ainda são achados freqüentes nessa população. O objetivo desse trabalho foi analisar a evolução do estado nutricional e consumo protéico-energético de lactentes hospitalizados na enfermaria de pediatria do Hospital Universitário Antônio Pedro (HUAP – UF). O estudo de caráter retrospectivo foi realizado com a utilização de prontuários de 25 crianças (0 a 11 meses), que estiveram internadas por mais de 02 dias no período de janeiro de 2008 a julho de 2009. O Índice de Variação Ponderal (IVP) foi obtido através da comparação do estado nutricional, expresso em escore z, do índice peso para idade (P/I) no momento da admissão e da alta hospitalar. O índice de nutrição hospitalar foi considerado através do IVP negativo. Foram excluídas crianças com malformações que interferiram na medida da massa corpórea, com presença de edema e aqueles com aleitamento materno. A idade predominante foi de 2,48 meses (mediana=2,10 meses). O tempo de internação variou de 04 a 452 dias (mediana= 15 dias). A prevalência de desnutrição na admissão e a alta foi, respectivamente, 14,3% e 42,9%. Quinze crianças (64%) nasceram de parto normal. O IDH foi de 60,9%, sendo predominante entre meninos (57,1%), pré-termos (64,3%), portadores de pneumopatias (35,7%). As crianças com tempo de internação menor de 15 dias foram as que mais apresentaram variação negativa. As crianças com maiores déficits ponderais foram as que permaneceram internadas por menor período de tempo (71,4%). A ingestão média inicial e final de energia foi de, respectivamente, 118± 42 e 12± 41 kcal/kg/dia. Em relação à ingestão protéica média, a internação e a alta foi de 2,7± e 2,67±g/kg/dia. A idade gestacional, as pneumopatias e a reduzida ingestão protéico-energético foram os principais fatores que contribuíram para o IDH.

**DETERMINAÇÃO DE HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS E ESTILO DE VIDA DE IDOSOS PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO**  
Nutrição e Saúde Pública

Autores: Costa, G;Sousa Júnior, F.  
UBM – Centro Universitário de Barra Mansa; Barra Mansa, RJ; Brasil.  
Apresentador: Gleice Pedrozo da Costa

Estudos têm demonstrado que a atividade física aliada a outros aspectos tais como hereditariedade, alimentação adequada e hábitos de vida apropriados, podem melhorar em muito a qualidade de vida dos idosos em relação à saúde física, mental, psicológica

e social. O presente estudo teve como objetivo avaliar os hábitos alimentares e o estilo de vida de idosos praticantes de musculação. Trata-se de um estudo transversal, no qual foram avaliados estilo de vida e hábitos alimentares de idosos praticantes de musculação em uma academia do Médio Paraíba. Dentre os idosos avaliados observa-se que apenas 13,33% são tabagistas. Quanto ao funcionamento do intestino apenas 13,33% do sexo feminino não funcionava regularmente. Em relação à ingestão de água, observa-se que 86,6% da população em estudo tem ingestão de 4 copos ou mais por dia. Ainda nota-se que do total de idosos avaliados apresentam ingestão de 4 vezes ou mais por semana de 76,6% de legumes, 76,6% de vegetais, 50% de frutas, 73,3% de carne e 73,3% de leite. Sendo assim, conclui-se que o número de refeições diárias é considerável insatisfatório, uma vez que a maioria dos idosos se alimentam apenas 4 vezes ao dia. Já em relação à frequência do consumo alimentar, verificou-se uma adequação em relação às carnes, frutas, verduras, legumes, leite e derivados, pois houve uma prevalência na quantidade de dias que eram consumidos, ou seja, 4 vezes na semana ou mais. De acordo com as evidências epidemiológicas encontradas podemos concluir que a atividade física regular e a adoção de um estilo de vida ativo são necessárias para a promoção da saúde e qualidade de vida durante o processo de envelhecimento.

#### DETERMINAÇÃO DO ESTADO NUTRICIONAL DE INDIVÍDUOS PARTICIPANTES DA FESTA DA ACESSIBILIDADE EM BELO HORIZONTE

Nutrição e Saúde Pública

Autores: Maia, I; Pereira, A; Azevedo, A.; Nogueira, C.; Amaral M; Alonso, A.

Centro Universitário de Belo Horizonte, Uni - BH – Belo Horizonte, Brasil.

Autor que irá apresentar o trabalho: Isabel Cristina Miranda Pinheiro Maia.

**OBJETIVOS:** Traçar o Estado Nutricional dos indivíduos que freqüentam a Festa da Acessibilidade (ACESSIFEST) a partir da avaliação da composição corporal; Encontrar os principais indicativos de carência na população avaliada, em todas as faixas etárias e gêneros, a partir da avaliação antropométrica dos mesmos; Identificar grupos de risco, que necessitam de intervenção alimentar e nutricional. **METODOLOGIA:** Foi montado um stand no Parque Municipal, na cidade de Belo Horizonte, no dia 15/05/2010 das 9h às 16h durante a Festa da Acessibilidade (ACESSIFEST), com os alunos do curso de Nutrição, entre outros, do Centro Universitário de Belo Horizonte – UNI-BH. Os dados (peso, altura, IMC, Circunferência da cintura e circunferência da panturrilha) foram coletados e posteriormente analisados de acordo com os valores de referência determinados pela Organização Mundial de Saúde (OMS). Foram avaliadas ao todo 153 pessoas, sendo 113 mulheres e 40 homens. Distribuídos em grupos etários: 05 crianças, 112 adultos e 36 idosos. **RESULTADOS:** A maioria dos adultos participantes tem seu Índice de Massa Corporal (IMC) compreendido entre os valores de 18,5 e 22,9 Kg/m<sup>2</sup>, segundo a OMS é o valor que referencia a eutrofia. Os resultados obtidos com o Índice de Massa Corporal (IMC) dos idosos participantes da avaliação foi na maior parte, superior a 27 Kg/m<sup>2</sup> indicando Obesidade. A maioria das mulheres, têm a Circunferência da Cintura

maior que 88cm, indicando risco alto para Doenças Cardiovasculares. Considerando a avaliação da Circunferência da Cintura, a maioria apresentou Eutrofia, ou seja, Circunferência da Cintura menor que 94 cm. Na medição da Circunferência da Panturrilha nas mulheres e homens idosos, a maioria apresentou a Circunferência da Panturrilha superior a 31 cm, estando Eutróficos. **CONCLUSÃO:** Concluímos com a avaliação antropométrica, que a maioria do público participante, ou seja, 72 (47%) pessoas encontram-se Eutróficas; 42 (27,4%) pessoas com Sobrepeso, 31 (20,3%) pessoas com Obesidade e apenas 08, (5,2%) pessoas com Baixo Peso, o que mostra que grande parte do público participante está fora do peso ideal. A partir deste trabalho, vimos a real necessidade de se contemplar a população com projetos intervencionistas a nível populacional, pois vimos como está distante o estado nutricional de cada indivíduo avaliado quando comparado com o padrão de referência para uma população saudável. A obesidade e o risco de desenvolvimento das doenças coronarianas são as maiores preocupações.

#### EDUCAÇÃO ALIMENTAR E AMBIENTAL EM UMA ESCOLA NO MUNICÍPIO DE IGARAPÉ MIRI-PA, COM FOCO NA MELHORIA DA QUALIDADE DE VIDA DE POPULAÇÕES RURAIS

Nutrição e Saúde Pública

SILVA, E.B.; TUMA, R.B.; ARAÚJO, M. S.; MACIEL, A.P.; PARAGUASSÚ, A.L.S.

Universidade Federal do Pará.

Autor que irá apresentar o trabalho: Rahilda Brito Tuma

**OBJETIVO:** Utilizar estratégias de incentivo ao desenvolvimento de hábitos e atitudes positivas em relação à alimentação saudável e valorização dos recursos naturais locais com foco na redução do desperdício e preservação do meio ambiente como forma de promoção da saúde e prevenção de doenças. **METODOLOGIA:** Atividades prévias à oficina: Reconhecimento da área física destinada à realização da oficina; Reconhecimento dos recursos alimentares locais; Confecção de folder explicativo; Elaboração do roteiro de atividades; Organização do material necessário para a execução da oficina; Atividades no dia da oficina: Apresentação teórica do tema; Elaboração das preparações culinárias; Degustação; Exposição sobre o valor nutricional das preparações servidas; Espaço para debate; Avaliação da oficina. **RESULTADOS:** O tema central da oficina foi “nutrição e meio ambiente: cultivando idéias saudáveis”, e foi desenvolvida como atividade complementar às atividades da feira de ciências da escola. A oficina foi realizada em um município do interior do estado e contou com a participação de 143 pessoas entre alunos, pais e professores, distribuídos em cinco sessões ao longo do dia. A avaliação dos participantes a oficina obteve os seguintes conceitos: 89% - excelente e bom; 5% - regular; 3,5% - ruim e 2,5% - não opinaram. **CONCLUSÃO:** A formação de multiplicadores sobre técnicas de manipulação e aproveitamento integral dos alimentos, valorizando os recursos regionais e “de época”, proporcionará aos membros da comunidade um meio de utilizar esses alimentos de forma sustentável, colaborando ainda para maximização da renda familiar e para elevar a qualidade nutricional da dieta. Essa prática também representa uma oportunidade ímpar aos alunos de graduação em nutrição de aplicar seus conhecimentos técnico-científicos em favor da melhoria da qualidade de vida de populações rurais.

## EDUCAÇÃO ALIMENTAR EM CRIANÇAS: CONSUMO DE HORTALIÇAS E FRUTAS

Nutrição e Saúde Pública

MENEZES, L.; MARQUES, D.E.; DETREGIACHI, C.R.P.; BARBOSA, C.S.L.

Unimar – Universidade de Marília – Marília – São Paulo - Brasil  
Apresentadora do trabalho: Conceição Sant' Anna Lima Barbosa

O comportamento alimentar tem suas bases fixadas na infância, transmitidas pela família e sustentadas por tradições. Dessa forma, a frequência com que os pais demonstram hábitos alimentares saudáveis pode estar associada à ingestão alimentar e ter implicações de longo prazo sobre o desenvolvimento do comportamento dos filhos. Quando se trata de crianças, o valor de uma dieta equilibrada torna-se maior, porque elas se encontram em fase de crescimento, desenvolvimento e formação de personalidade e de seus hábitos alimentares. O **objetivo** deste trabalho é avaliar o efeito de um programa de educação nutricional sobre o consumo de hortaliças e frutas pelos escolares do Programa de Educação Integral em Tempo Integral (EITI), matriculados no primeiro e segundo ano do SESI de Marília-SP. **Metodologia:** Esta pesquisa foi desenvolvida com 240 crianças de 5 a 7 anos de idade. Foi realizada a medida do resto-ingestão de frutas e hortaliças antes e após o desenvolvimento do projeto de educação nutricional. Inicialmente, durante um mês, foi realizado o resto-ingestão de todas as crianças do EITI. Após isto, deu-se início ao programa de educação nutricional para intervenção, quando foram desenvolvidas atividades com os alunos do EITI sobre alimentação e nutrição incluindo teatro, palestra, aula de informática, filme, jogos e aula prática. Findada essa intervenção foi realizado novamente o resto-ingestão de frutas e hortaliças. **Resultados:** Durante o desenvolvimento das atividades educativas observamos um aumento no interesse das crianças em consumir ou experimentar os alimentos servidos, incluindo frutas e hortaliças, o que gerou um aumento no consumo destes alimentos. No entanto, os dados de resto-ingestão analisados estatisticamente usando o teste *t* de student mostraram que não houve mudança significativa na quantidade de frutas e hortaliças não consumidas em relação a quantidade que foi servida comparando antes e após o desenvolvimento do projeto educativo ( $p > 0,05$ ). **Conclusão:** Acreditamos que a infância seja o momento ideal para estimular o consumo de uma alimentação equilibrada e variada, porém resultados ocorrem em longo prazo exigindo esforços educativos continuados.

## EDUCAÇÃO NUTRICIONAL: IMPACTOS EM UM PROGRAMA DE QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO

Nutrição e Saúde Pública

Autores: CALAZANS, D. L.; OLIVEIRA, C.; SILVA, K.  
Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN/FACISA), RN/ Brasil.

Autor apresentador: Dinara Leslye Macedo e Silva Calazans

A busca por qualidade de vida e por um padrão de saúde equilibrado tem despertado um aumento progressivo do interesse das pessoas por alimentação saudável e, conseqüentemente, por mais informações a respeito do tema. O tema da Qualidade de Vida no Trabalho (QVT) ganha ênfase através dos estudos das ações dos indivíduos integrantes das estruturas organizacionais para melhoria da efetividade organizacional. A implantação de Programas de QVT vem

de encontro a essa tendência. A saúde passa a ser um indicador indispensável de medida biológica de qualidade de vida, alinhando as ações desses Programas. A promoção da saúde do trabalhador e seu bem-estar passam a fazer parte da estratégia dos empregadores para redução do absenteísmo, aumento da produtividade e melhoria do desempenho da força de trabalho. Vários estudos têm relatado doenças associadas à má alimentação, principalmente as doenças crônicas não-transmissíveis, como causa majoritária dos afastamentos do trabalho. Neste íterim, cada vez mais se assiste a inserção da Educação Nutricional em Programas de Qualidade de Vida no Trabalho. **Objetivo:** O presente estudo objetivou avaliar o impacto das ações de Educação Nutricional inseridas em um Programa de Qualidade de Vida no Trabalho. **Metodologia:** Foi realizado um estudo transversal, caracterizado como pesquisa tipo descritiva, de natureza quantitativa. Os sujeitos do estudo foram selecionados pela disponibilidade de acesso ao registro dos dados requeridos e acompanhamento exigido pelo estudo. A amostra constituiu-se de todos os trabalhadores que participam do atendimento nutricional (individualizado) dentro do Programa de QVT da Instituição. Os dados referentes às ações e atividades realizadas no período avaliado foram coletados a partir do registro nos prontuários nutricionais e de saúde ocupacional da Instituição. Foram utilizados como indicadores a evolução dos indicadores IMC (Índice de Massa Corporal), RCQ (Relação Cintura e Quadril) e consumo alimentar dos grupos frutas e verduras. As ações de Educação Nutricional consideradas neste estudo foram aquelas ocorridas entre a fase inicial e final da coleta de dados, no período de um ano, pautada nos objetivos definidos no Programa de QVT da Instituição. **Resultados:** No perfil dos trabalhadores predominou o sexo masculino e faixa etária acima de 45 anos. O nível de escolaridade predominante é técnico ou ensino médio completo. A realização de exames periódicos de *check-up* não é prática comum. Em relação aos fatores de risco para Doenças Crônicas Não-Transmissíveis (DCNT), relacionados à alimentação inadequada, foram identificadas as dislipidemias: triglicerídeos, colesterol e hipertensão arterial elevados, além de sedentarismo em mais de 80% dos trabalhadores. Observou-se que 87,5% dos trabalhadores apresentaram excesso de peso em graus diversos, não sendo identificada redução significativa do IMC ao final do estudo. Contudo, houve redução do grau de obesidade de alguns trabalhadores, percebendo-se um acréscimo no percentual de trabalhadores classificados como sobrepeso, ao mesmo tempo em que se verificou uma redução do percentual de trabalhadores com obesidade grau III. Houve aumento no percentual de trabalhadores que eliminaram o risco coronariano, a partir da análise do indicador RCQ, no início (37,5%) e no final (43,8%) da pesquisa. Ainda assim, é muito alto o percentual que permanece com risco elevado (56,2%). Em relação à mudança do hábito alimentar associada ao consumo do grupo de frutas e verduras na dieta, observou-se inadequação desse consumo em todos dos participantes, no início das ações. Ao final do estudo, 63% adequaram o consumo. Não foi evidenciada correlação entre o nível de escolaridade ou idade com a adequação ao consumo de frutas e verduras, o que pode refletir um descrédito sobre a eficácia da alimentação na prevenção e controle da obesidade, principalmente, uma vez que os benefícios só são percebidos a longo prazo. **Conclusões:** Constatou-se que as ações de educação nutricional foram positivas, pois os indicadores de risco diminuíram, apesar de ter havido resistência na mudança de hábitos alimentares (cultura regional, cultura institucional, descrédito dos benefícios da alimentação e apoio psicológico). O atendimento individual é visto como "privação" do poder de escolha, enquanto as ações coletivas proporcionaram uma apropriação da informação/benefício do alimento. As ações contínuas funcionaram como agentes motivadores do

processo de educação nutricional. Acredita-se que os benefícios alcançados geraram impacto positivo na Qualidade de Vida no Trabalho (QVT) ao prevenir a incidência de doenças associadas aos maus hábitos alimentares, melhoria da auto-percepção da saúde, sentimento de bem-estar e disposição, o que pode contribuir para a redução dos índices de afastamento dos trabalhadores por DCNT. As ações de educação nutricional tiveram, portanto, papel fundamental na conscientização do trabalhador e na mudança dos hábitos errôneos que comprometem a saúde e a qualidade de vida.

Palavras-chaves: Educação Nutricional, Qualidade de Vida, Trabalho

## EFEITO ANTIOXIDANTE DOS FLAVONÓIDES: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Nutrição Clínica

Autor apresentador: Sousa, L.<sup>1</sup> Moraes, J. <sup>1</sup> Nunes, P. <sup>1</sup> França, A. K. <sup>2</sup> 1- Curso de Nutrição da Universidade Federal do Maranhão, 2- Mestre em Saúde Pública. Professora da Universidade Federal do Maranhão – São Luís, Brasil

**Introdução:** Os flavonóides constituem um grupo de substâncias fenólicas, as quais podem ser de origem natural ou sintética, e que desempenham funções antioxidantes no nosso organismo. Desta forma, os flavonóides, assim como outras substâncias antioxidantes, são capazes de prevenir os efeitos deletérios da oxidação. Dentre esses efeitos deletérios, vale ressaltar a capacidade dos flavonóides em sequestrar radicais livres e, portanto, amenizar ou até inibir a ocorrência do estresse oxidativo. No geral, os flavonóides são consumidos em boas quantidades na dieta humana, já que são encontrados em produtos de consumo cotidiano, como as frutas, os legumes, vegetais, os chás de ervas e o mel. **Objetivo:** Este trabalho tem por objetivo ratificar os efeitos antioxidantes inerentes aos flavonóides. **Metodologia:** Foram realizadas análises, no período de abril a agosto de 2010, pautadas em revisões de estudos experimentais e clínicos, datadas de 2005 a 2009, publicados em base de dados Scielo, abordando os mecanismos de ação dos flavonóides que resultam na sua atividade antioxidante. Para a busca dos mesmos se empregou os unitermos: flavonóides, efeito antioxidante e estresse oxidativo. **Resultados:** O organismo humano é capaz de produzir radicais livres, os quais são caracterizados como átomos ou moléculas que não possuem elétrons devidamente pareados em seu orbital mais externo, fato que os torna extremamente reativos. Desta forma, a produção de radicais livres no organismo é um processo fisiológico, que sob determinadas condições pode ocasionar um estresse oxidativo, ou seja, um desequilíbrio por produção demasiada de radicais livres, terminando na indução de danos celulares, que em longo prazo tornam-se irreparáveis. No entanto, esta produção demasiada de radicais livres, pode ser revertida por diversos mecanismos de defesa antioxidante que limitam e até impedem a indução de danos conseqüentes do estresse oxidativo. Assim, têm-se os flavonóides atuando como potentes antioxidantes em certos sistemas, sendo que podem não ser efetivos contra todos os possíveis danos oxidativos a células ou tecidos. O mecanismo de ação dos flavonóides consiste em inativar os radicais livres em compartimentos hidrofílicos e lipofílicos. De um modo geral, inibem as reações em cadeia provocadas pelos radicais livres, pois atuam como agentes redutores, promovendo oxirredução, com doação de hidrogênio e eliminação de oxigênio singleto. Um estudo com a curcumina, flavonóide comumente usado como corante de alimentos, demonstrou que esta age na proteção

celular, já que sequestra radicais livres, inibindo a peroxidação lipídica. **Conclusões:** Desta forma, nota-se que dietas com consumo considerado de vegetais, frutas e outros podem reduzir o risco de inúmeras doenças e, associam estes efeitos benéficos à presença de substâncias antioxidantes. Os flavonóides, portanto, sendo agentes oxidantes, exercem papel fundamental no equilíbrio metabólico e na manutenção da saúde, pois inibem o aparecimento e desenvolvimento de inúmeras doenças.

## EFEITO DA INGESTÃO DE QUINOA NA COMPOSIÇÃO CORPORAL, GLICEMIA E LIPIDOGRAMA EM UM GRUPO DE MULHERES PÓS-MENOPAUSADAS

Nutrição Clínica

Carvalho FGD\*, Santos RDS, Ovidio PP, Lelis A, Iannetta O, Marchini JS, Jordão Jr A, Navarro AM  
Faculdade de Ciências Farmacêuticas – FCFAR/UNESP, Araraquara, Brasil  
Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto – FMRP/USP, Ribeirão Preto, Brasil

\*Apresentadora do trabalho

**OBJETIVO:** Verificar a o efeito da ingestão de quinoa na composição corporal, HDL-colesterol e glicose em um grupo de mulheres pós-menopausadas. **MÉTODOS:** Foram recrutadas mulheres pós-menopausadas há pelo menos 2 anos, sem uso de terapia hormonal, atendidas no Ambulatório Multidisciplinar de Climatério do HCFMRP-USP. As participantes foram submetidas ao consumo diário de 25 gramas de quinoa em flocos ou placebo (flocos de milho), durante 4 semanas. Realizou-se, em dois momentos, antes e após 4 semanas de intervenção, a avaliação antropométrica através da mensuração do peso e estatura para o cálculo de IMC, pregas cutâneas (tricipital, bicipital, subescapular e suprailíaca) para o cálculo da porcentagem de gordura corporal (%GC) e circunferência da cintura (CC). Ademais, dosou-se a glicose, colesterol total, frações (HDL-c e LDL-c) e triglicérides nos dois momentos. Para a comparação intra-grupo e entre-grupos, utilizou-se o Teste T. **RESULTADOS:** Foram estudadas 35 mulheres com idade média de  $61 \pm 7$  anos e IMC de  $28,8 \pm 4,8$  kg/m<sup>2</sup>, sendo 17 do grupo placebo e 18 do grupo quinoa. Na comparação pré e pós-intervenção do grupo placebo, não houve diferença no IMC ( $p=0,33$ ) e na CC ( $p=0,21$ ), porém houve na %GC ( $p=0,01$ ); para o grupo quinoa, não houve diferença no IMC ( $p=0,59$ ), na CC ( $p=0,54$ ) e %GC ( $p=0,31$ ). Já em relação a glicemia e lipidograma, não houve diferença na dosagem da glicose, colesterol total, HDL-c e LDL-c, triglicérides (placebo:  $p=0,87; 0,99; 0,64; 0,83; 0,84$ ; quinoa:  $p=0,55; 0,93; 0,30; 0,25; 0,82$ , respectivamente). **CONCLUSÃO:** O estudo mostrou que, um período de 30 dias de suplementação de 25g de quinoa não foi suficiente para melhorar significativamente os parâmetros antropométricos e bioquímicos analisados.

## EFEITO DA SUPLEMENTAÇÃO DE CREATINA NO DESEMPENHO DE ATLETAS DE TRAVESSIAS MARÍTIMAS

Nutrição Esportiva

SCORCINE, C.; NASCIMENTO, M.; FONTES, V; MADUREIRA, F. UNIMONTE, Santos – Brasil. Apresentador: Vanessa Fontes.

**INTRODUÇÃO:** As provas de travessias marítimas (TM) estão sendo

cada vez mais decididas, nos últimos 100 metros de cada prova. Dez segundos apenas, em uma prova de duração média de 2 horas, estão diferindo o primeiro do oitavo colocado. Portanto, recursos ergogênicos que possibilitem reservas maiores de energia para ações explosivas em finais de longas provas aeróbias, parecem ser estratégias com potencial sólido de maximização do desempenho. E um destes substratos é a creatina que ainda hoje, apresenta opiniões acadêmicas divergentes sobre seus efeitos no desempenho esportivo (WEITZEL, et al., 2009; JUHÁSZ, et al., 2009), porém ainda são escassos estudos com atletas de TM. **OBJETIVO:** Analisar o efeito da suplementação de creatina no desempenho de atletas de travessias marítimas; **MÉTODOS:** Doze atletas de TM com média de idade de 27,3 anos, com mais de 5 anos de experiência competitiva, foram submetidos a avaliação da composição corporal e a execução de 4 testes natatórios que serviram para a separação de dois grupos de forma homogênea, experimental (suplementação) e controle. Os testes específicos foram nadar em velocidade máxima as seguintes condições em metros (m): 50m nado completo; 50m só utilizando os braços como meio de propulsão; 50m só utilizando as pernas como propulsão e 500m nado completo. Após um mês de experimento foram repetidos os testes para verificar os possíveis efeitos da suplementação de creatina no desempenho. Para análise estatística foi verificada a normalidade dos dados através do teste de Shapiro-Wilk. Com a não confirmação da distribuição normal das variáveis, optou-se por utilizar o método estatístico não paramétrico de Wilcoxon. **RESULTADOS:** Ver tabelas 1 e 2.

**CONCLUSÃO:** Foi detectada diferença estatística apenas para o teste de potencia de perna no grupo experimental. Na análise descritiva pode-se observar que os dois grupos melhoraram nas condições 50m nado, 50m br e 500m, o grupo controle apresentou uma piora no teste de potencia de perna, mais testes devem ser feitos para a comprovação da eficácia desse suplemento em atletas de travessias marítimas.

#### EFEITO DO QUIMIOTERÁPICO 5-FLUOROURACIL NA ATEROGÊNESE E NO TECIDO ADIPOSEO DE ANIMAIS DEFICIENTES DO RECEPTOR DE LDL (LDL<sup>r/-</sup>)

Nutrição Clínica

Autores: Santos, L.C.; Torrent, I.F., Mattos, J.C.T., Silva, F.C., Leonel, A.J., Aguilar, E.C., Gonçalves, J.L., Castro, A.C.R., Pereira, S.S. & Alvarez-Leite, J.I.

Apresentadora: Solange Silveira Pereira (Pereira S.S.)  
Laboratório de Aterosclerose e Bioquímica Nutricional

Universidade Federal de Minas Gerais - Belo Horizonte – Brasil

A aterosclerose e obesidade são consideradas hoje doenças com grande componente inflamatório. Na aterosclerose a resposta inata e adquirida regulam a aterogênese, enquanto na obesidade, o tecido adiposo é fonte de adipocinas associadas com a inflamação e migração de macrófagos, como MCP-1, TNF alfa, IL-6. Por outro lado, o tratamento de neoplasias através de ciclos que desencadeiam períodos de mucosite gastrointestinal e mielotoxicidade pode trazer repercussões sistêmicas. Diante do aumento da frequência com a qual quimioterapia, obesidade e aterosclerose ocorrem no mesmo indivíduo, estudamos a influência dos ciclos de 5-Fluorouracil (5-FU) na aterogênese e no perfil inflamatório do tecido adiposo em animais deficientes do receptor LDL (LDL<sup>r/-</sup>). Para tanto, os animais foram alimentados com dieta ocidental por 9 semanas, recebendo 3 ciclos de 5-FU (150mg/kg) ou placebo, com intervalos de 3 semanas entre eles. Os resultados mostram que não houve diferença em relação ao ganho ponderal, ingestão alimentar e hídrica, perfil lipídico e glicemia entre os grupos. Embora nenhuma diferença tenha sido observada nas lesões ateroscleróticas na válvula aórtica, a quimioterapia foi associada à menor migração de macrófagos ativados para a aorta, sugerindo uma redução na aterogênese nesta artéria. Por outro lado, a adiposidade e a concentração de macrófagos ativados foram maiores neste mesmo grupo, porém, não houve alteração no número de estruturas semelhantes à coroa. Estes resultados são coerentes com um desvio de macrófagos da lesão aterosclerótica para o tecido adiposo expandido e anatomicamente mais relacionado com a área de mucosite, reduzindo assim a migração destas células para as áreas de aterosclerose e a consequente formação de células espumosas.

#### EFEITO DO SUCO DE LARANJA E DA GLICOSIL HESPERIDINA SOBRE A PRODUÇÃO E INIBIÇÃO DA PRODUÇÃO DE ÓXIDO NÍTRICO EM MACRÓFAGOS

Nutrição Clínica

Autores: DOURADO, G.K.Z.S.; RIBEIRO, L.C.A.; MATOS, D.C.; CARLOS, I.Z.; CÉSAR, T.B.

Universidade Estadual Paulista “Julio de Mesquita Filho” – Laboratório de Imunologia Clínica – UNESP – Araraquara, Brasil

Autor apresentador: DOURADO, G.K.Z.S.

**Objetivo:** Avaliar a produção de óxido (NO) e inibição da produção de NO em macrófagos de camundongos tratados com suco de laranja

**Tabela 1 – Descrição dos testes no grupo experimental, após 1 mês de suplementação**

Testes	50m pré	50m pós	50m br pré	50m br pós	50m pr pré	50m pr pós	500m pré	500m pós
Média	29,71	29,46	36,64	36,23	50,43	48,29*	430,50	419,0
DP	3,13	3,11	3,94	5,00	14,18	12,91	61,83	71,41

Os dados estão sob a forma de média. \* indica diferença significativa para pré e pós (pd<sup>0</sup>,05)

**Tabela 2 – Descrição dos testes no grupo controle**

Testes	50m pré	50m pós	50m br pré	50m br pós	50m pr pré	50m pr pós	500m pré	500m pós
Média	33,12	32,57	39,91	38,71	51,79	52,68	448,70	438,50
DP	3,68	3,58	4,43	3,55	7,91	8,06	52,28	38,29

Os dados estão sob a forma de média. \* indica diferença significativa para pré e pós (pd<sup>0</sup>,05)

(SL), glicosil hesperidina (GH) e solução salina (SS; controle). **Metodologia:** Camundongos Swiss fêmeas, foram divididos em três grupos (n=10 cada) que receberam *in vivo* durante 14 dias por gavagem orogástrica, SS (grupo 1), GH (grupo 2) e SL (grupo 3). Após a eutanásia, os macrófagos peritoneais dos animais foram retirados e cultivados em meio de cultura suplementado e com antibióticos (RPMI-1640-C). A esta cultura foi acrescido apenas meio de cultura (controle negativo), GH ou lipopolissacarídeo bacteriano (LPS) *in vitro*. **Resultados:** Não houve diferença significativa ( $p < 0,05$ ) na produção de NO ( $\mu\text{mol NO}^{-2}$ ) nos macrófagos obtidos dos animais tratados com GH, SL ou SS e cultivados em RPMI sem presença de estímulos. Quando GH foi administrada aos macrófagos *in vitro*, não houve diferença na produção de NO em nenhum dos grupos. Na presença de LPS, o tratamento com suco de laranja aumentou significativamente a produção de NO. Nenhum dos grupos apresentou inibição da produção de NO. **Conclusão:** Animais tratados com suco de laranja possuem macrófagos mais susceptíveis a ativação gerada pelo LPS, indicando que o consumo contínuo deste alimento pode modular a resposta imune positivamente. A glicosil hesperidina diminuiu a produção de NO, induzida por LPS, podendo ser considerado um composto com atividade antioxidante. **Palavras-chave:** Suco de laranja, glicosil hesperidina, óxido nítrico, macrófagos.

## EFEITO HIPOCOLESTEROLÊMICO DOS FITOSTERÓIS: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Nutrição Clínica

Autor apresentador: Sousa, L. Moraes, J.<sup>1</sup> Nunes, P.<sup>1</sup> Rodrigues, D.<sup>2</sup> 1- Curso de Nutrição da Universidade Federal do Maranhão, 2- Mestre em Saúde Pública. Professora Assistente da Universidade Federal do Maranhão – São Luís, Brasil

**Introdução:** Os fitosteróis são compostos oriundos de óleos vegetais e, por suas propriedades, são considerados componentes funcionais. Exercem nas células vegetais funções análogas às do colesterol nas células animais. Deste modo, estruturalmente, fitosteróis e colesterol são semelhantes, o que propicia aos fitosteróis exercerem efeitos sob a colesterolemia. No entanto, diferenciam-se quanto à natureza da cadeia lateral, que nos fitosteróis pode apresentar um grupo metila ou etila a mais, ou ainda pela presença de insaturação em um de seus anéis de hidrocarboneto, é o que acontece com o beta-sitosterol e campesterol, fitosteróis mais abundantes. Tem como fontes naturais a soja, algumas oleaginosas e principalmente os óleos vegetais, como o de arroz, girassol e canola. Por suas propriedades, a indústria tem incorporado-os a determinados alimentos como as margarinas.

**Objetivo:** O objetivo do presente trabalho consiste em analisar estudos científicos referentes aos fitosteróis, mais especificamente, seus possíveis efeitos hipocolesterolêmicos. **Metodologia:** Neste estudo foi realizada uma análise, no período de março a agosto de 2010, pautada em uma revisão de estudos experimentais e clínicos, publicados em base de dados Scielo, abordando os mecanismos de ação dos fitosteróis que resultam na redução do colesterol total e LDL-colesterol. Para a busca dos mesmos se empregou os unitermos: fitosteróis, fitosterol e colesterol, fitosterol e hipocolesterolemia.

**Resultados:** Mediante análise dos estudos, observou-se que os dados clínicos convergem para máxima de que os fitosteróis são realmente capazes de reduzir os níveis plasmáticos de colesterol total e LDL-colesterol, isso porque os fitosteróis competem com o

colesterol e, portanto, diminuem a solubilização e incorporação do mesmo na micela, impossibilitando a sua absorção. Este fato só é possível por razão das propriedades físico-químicas dos fitosteróis, que possuem maior hidrofobicidade do que o colesterol e, conseqüentemente maior afinidade com as micelas, assim deslocam as moléculas de colesterol e diminuem sua absorção pelo enterócito, aumentando sua excreção fecal. **Conclusão:** Os resultados apontaram que há estreita relação entre o consumo de fitosteróis e a concentração plasmática de colesterol total e LDL-colesterol. Essa relação se permeia na capacidade dos fitosteróis, por suas propriedades físico-químicas, de reduzir esses níveis de colesterol plasmático, contanto que o consumo de fitosteróis seja regular, compreendendo doses significativas de até 3g/dia.

## EFEITOS DA ORIENTAÇÃO NUTRICIONAL NAS TAXAS DE SUCESSO DE CICLOS DE REPRODUÇÃO HUMANA ASSISTIDA.

Nutrição Clínica

Halpern, G; Figueira R.C.S; Iaconelli Jr. A.; Borges Jr. E. Fertility – Centro de Reprodução Assistida, São Paulo, Brasil. Apresentação do trabalho: Halpern G.

**OBJETIVO:** A alimentação interfere na fertilidade tanto de homens quanto de mulheres. A relação entre o efeito dos hábitos alimentares nas taxas de sucesso dos ciclos de reprodução humana assistida (RHA) é pouco investigada. Desta forma, o objetivo deste estudo foi avaliar a influência e a efetividade da orientação nutricional nos resultados clínicos e laboratoriais de pacientes submetidas a ciclos de RHA em um centro de fertilização assistida privado.

**METODOLOGIA:** As pacientes foram submetidas a estímulo ovariano controlado e punção folicular para recuperação dos oócitos a serem submetidos à injeção intracitoplasmática de espermatozoides (ICSI). Os embriões obtidos foram cultivados em condições controladas durante 3 (três) dias após a coleta dos oócitos até o momento da transferência dos embriões de melhor qualidade morfológica para o útero da paciente. Todas as pacientes em tratamento no Centro de Fertilização Assistida – Fertility podem optar por receber avaliação nutricional sem custo adicional. Assim, na data da transferência dos embriões foi aplicado um questionário para identificar se as mulheres passaram ou não em consulta prévia com a nutricionista, além de verificar a adesão ao tratamento através de mudanças nos hábitos alimentares. Os dados foram comparados entre as que receberam ou não a orientação nutricional a fim de avaliar se houve melhoria nos parâmetros de sucesso do tratamento, tanto clínicos quanto laboratoriais. Os resultados foram analisados através de regressão logística. **RESULTADOS:** O questionário foi preenchido por 60 mulheres, sendo que destas 32 receberam orientação nutricional e 28 optaram por não comparecer à consulta. Os grupos mostraram-se semelhantes em relação à idade, número de folículos e oócitos recuperados, bem como em relação a grau de maturação dos oócitos. As taxas de fertilização normal (81,0% e 67,1%  $P=0,0225$ ) e de gestação (46,9% e 28,6%  $P=0,1457$ ) foram significativamente maiores no grupo de pacientes que receberam orientação profissional. As pacientes que receberam orientação apresentaram 2 vezes mais chance de engravidar do que o grupo que não passou em consulta (OD: 2,27; CI: 0,63-8,15;  $P=0,0408$ ). Além disso, dentre estas mulheres, aquelas que receberam orientação nutricional num intervalo menor do que 60 dias antes da transferência dos embriões tiveram quase 5 vezes mais chance de sucesso de engravidar (OD: 4,8; CI: 0,85-7,20;  $P=0,036$ ). O aumento no consumo de pão integral

(OD: 2,69; CI: 0,60-12,1; P= 0,0297), frutas (OD: 1,90; CI: 0,32-11,31; P=0,0478), verduras e legumes (OD: 2,29; CI: 0,41-12,73; P=0,0345) mostrou relação significativa com o aumento na chance de gestação. **CONCLUSÕES:** Os resultados sugerem que as mulheres que receberam orientação nutricional apresentaram maior chance de sucesso de gestação. Houve um aumento significativo no consumo de pães integrais, frutas, verduras e legumes nas pacientes que receberam orientação nutricional, sugerindo que os alimentos ingeridos, bem como sua composição (fibras, minerais e vitaminas antioxidantes) exercem influência significativa no metabolismo destas mulheres. Os resultados obtidos sugerem a importância da orientação nutricional para casais em tratamento para RHA, os quais devem adequar seus hábitos alimentares antes do início do tratamento. Além disso, para que as orientações sejam mantidas e para que as mudanças resultem em sucesso do tratamento podem ser necessários reforços ao longo do tempo.

### EFEITOS DO AZEITE DE OLIVA E SEUS FENÓIS SOBRE PARÂMETROS CALORIMÉTRICOS, ESTRESSE OXIDATIVO E VIAS METABÓLICAS NO MIOCÁRDIO DE RATOS NORMAIS E OBESOS

Nutrição Clínica

Ebaid, GMX, Seiva, FRF, Novelli, ELB.

Departamento de Química e Bioquímica (IB) e Departamento de Clínica Médica (FMB) – UNESP - Botucatu – SP - Brasil.

Autor que apresentará o trabalho: Geovana Maria Xavier Ebaid

A associação entre ingestão de azeite de oliva, rico em polifenóis, e a baixa incidência de doenças cardiovasculares, tem estimulado seu consumo em todo o mundo. **Objetivo:** Determinar os efeitos do azeite de oliva, ácido caféico e oleuropeína, sobre calorimetria indireta, estresse oxidativo e metabolismo energético de ratos submetidos à ingestão de dieta padrão (P) e hiperclórica (H). **Materiais e métodos:** 48 ratos-Wistar, 180,52±21,05g, divididos inicialmente em 2 grupos. Grupo P (n=24): ração padrão e grupo H (n=24): ração H, rica em colesterol e sacarose. Após 21 dias os dois grupos foram divididos em 4 subgrupos cada (n=6): (C): controles, mantidos com as respectivas dietas P ou H e sem suplementação; (AO): ração P ou H e azeite de oliva extra-virgem (3mL/Kg/dia); (O): ração P ou H e oleuropeína (0,023mg/Kg/dia); (AC): ração P ou H e ácido caféico(2,66mg/Kg/dia). Período experimental: 43 dias. Análise Estatística: ANOVA e Tukey (p<0,05). **Resultados:** Dieta H elevou o peso final (18,43%), superfície corporal (12,73%), quociente respiratório (QR) (33,3%), energia metabolizável (26,7%), oxidação de carboidratos (80%) e diminuiu a taxa metabólica basal (TMB) (9,35%), VO<sub>2</sub>/superfície corporal (20%) e oxidação de lipídios (60,6%) comparado ao grupo PC. Azeite de oliva em dieta P mostrou-se benéfico através da elevação na TMB (13%), VO<sub>2</sub>/superfície corporal (19%), oxidação de lipídios (58,5%) e diminuição no QR (14,2%) comparado ao grupo PC. Oleuropeína diminuiu hidroperóxido de lipídio (HP) (86, 57%) e a relação HP/SAT (67,46%) e elevou a porcentagem de substâncias antioxidantes totais (SAT) (25,13%) e ácido caféico diminuiu a superóxido dismutase (SOD) (23,23%) comparado ao grupo PC. GSH apresentou-se diminuída em HAC (71,43%) comparado ao HC. Oxidação de lipídios esteve elevada em HAO (139,85%), HO (106,52%) e HAC (147,82%) assim como a atividade da enzima â-hidroxiacil Coenzima A desidrogenase (OHADH) HAO (343,44%), HO (210%) e HAC (176,8%) comparada ao grupo HC. **Conclusão:** Dieta H induziu obesidade nos animais. A análise calorimétrica

demonstrou que azeite de oliva induziu modificação no substrato usado para obtenção de energia e seu efeito benéfico foi associado ao ácido caféico. Oleuropeína foi efetiva na defesa antioxidante em dieta P. Azeite de oliva e seus fenóis induziram elevação na oxidação de lipídios otimizando energia para o metabolismo cardíaco e impedindo lipotoxicidade no miocárdio, em condições de obesidade.

**Apoio Financeiro:**Fapesp

### ELABORAÇÃO DE UMA GELÉIA LIGHT DE MANGA COM LINHAÇA ESCURA

Nutrição e Saúde Pública

**Autores:** FERREIRA, R. V.; GOMES, K. C. F. PELAIS, A.C.A.; FERREIRA, N.K.V.;MORAIS, R.L.S. – Instituição: Universidade da Amazônia (UNAMA), Belém/ Pará- Brasil.

**Apresentador:** Vivian Rodrigues Ferreira

**Objetivo:** O presente estudo teve como objetivo elaborar uma geléia de manga *light* com linhaça escura, substituindo parcialmente a sacarose pelo edulcorante sucralose, além de avaliar a aceitação do produto e caracterizá-lo microbiologicamente. **Metodologia:** Para a elaboração da geléia do tipo extra, foram utilizados frutos de manga espada (*Mangifera indica* L.) com pH de 3,35, adoçante dietético sucralose da marca Linea, açúcar refinado, linhaça escura e suco de limão. Os frutos foram adquiridos em feiras locais, posteriormente foram branqueados, despulpados e a polpa homogeneizada em liquidificador. O produto foi elaborado e a verificação da aceitação da geléia foi realizada no Laboratório de Nutrição e Dietética da Universidade da Amazônia (UNAMA). Para a determinação da aceitação do produto foram utilizados 50 voluntários não treinados que avaliaram o produto globalmente. Os julgadores foram submetidos ao teste sensorial de Escala Hedônica de Nove Pontos (9= gostei extremamente; 1=desgostei extremamente), onde as amostras foram servidas em copos descartáveis de 200 mL, sob iluminação ambiente em cabines para realização de testes de análise sensorial. A análise microbiológica foi realizada para a determinação de Coliformes totais e termotolerantes (45 °C) utilizando-se uma série de três tubos de caldo lauril sulfato triptose e incubação a 36 °C por 24 - 48 horas no teste presuntivo. A seguir os tubos positivos foram repicados para tubos contendo caldo verde bili brilhante e incubados a 36°C em estufa por 24-48 horas para coliformes totais e caldo *Escherichia coli* com incubação em banho-maria a 44,5 °C por 24 horas para coliformes termotolerantes. Para a contagem de bolores e leveduras foi realizado o método de plaqueamento de profundidade, onde utilizou-se o ágar dextrose batata acidificado com ácido tartárico (10%) até pH 3,5 incubando-se a 22 °C por 72-120 horas. **Resultados:** De acordo com a Resolução - CNNPA nº 12, de 1978, as geléias devem obedecer ao seguinte padrão microbiológico, sendo: bactérias do grupo coliforme: máximo, 102/g; bactérias do grupo coliforme de origem fecal: ausência em 1g; salmonelas: ausência em 25g; bolores e leveduras: máximo, 103/g. As análises microbiológicas da geléia de manga com linhaça escura, apresentaram valores médios para coliformes totais e termotolerantes de < 3 NMP/g de geléia e para bolores e leveduras um valor médio de < 15 UFC/g de geléia. Assim, o produto elaborado caracterizou-se como um produto seguro, devido apresentar valores dentro dos exigidos pela legislação vigente. Segundo a Portaria SVS/MS nº 29, de 13 de janeiro de 1989, alimentos *light* são aqueles que apresentam no mínimo 25 % de redução de algum componente da formulação. No presente estudo, a geléia *light* foi elaborada com

a redução de 25 % do valor do açúcar de referência, para formulações de geléias extras, o produto em estudo apresentou boa aceitação, sendo que 32% dos voluntários gostaram extremamente; 38% gostaram moderadamente; 14% gostaram regularmente; 10% gostaram ligeiramente e 2% não gostaram, nem desgostaram/desgostaram ligeiramente e desgostaram extremamente. **Conclusões:** De acordo com resultados do presente estudo, o produto elaborado mostrou-se satisfatório sendo que o produto obteve uma satisfatória aceitação, a formulação se enquadrando na legislação vigente para elaboração de produtos *light* e aos limites de contaminação microbiana.

## ENTRE A TEORIA E A PRÁTICA: UM ESTUDO SOBRE OS HÁBITOS ALIMENTARES DOS ACADÊMICOS DE NUTRIÇÃO

Nutrição e Saúde Pública

Maiza Cabral Guerreiro FERNANDES<sup>1</sup>

Elisângela Moraes e SILVA<sup>2</sup>

Maria da Consolação Queiroz da SILVA<sup>3</sup>

Centro Universitário Nilton Lins - Manaus, AM – Brasil

Curso de Nutrição

Autor apresentador: Elisângela Moraes e SILVA

### 1. Introdução

A qualidade da alimentação sofre influência de fatores econômicos, sociais, nutricionais e culturais, podendo ser direcionada erroneamente, principalmente quando está permeada de conhecimentos populares, incluindo crenças, tabus, e mitos alimentares<sup>1</sup>. Entretanto, ainda não está claro se um aumento no conhecimento nutricional levaria a melhores práticas alimentares<sup>2</sup>. Por esta razão, questiona-se a relação entre os conhecimentos teóricos e os hábitos alimentares dos acadêmicos de Nutrição, por serem estes futuros exemplos e disseminadores dessas informações para a comunidade.

### 2. Objetivo

Investigar a relação existente entre a teoria e a prática nos hábitos alimentares de acadêmicos de Nutrição em um Centro Universitário de Manaus, Estado do Amazonas, Brasil.

### 3. Métodos

Estudo descritivo, realizado por meio de pesquisa de campo, que utilizou o método quantitativo. Foi aplicado questionário com perguntas objetivas desenvolvidas para este estudo, com base na literatura existente, em amostra constituída por 50 acadêmicos de um curso de Nutrição. Na análise dos dados foi calculada a média e o desvio-padrão (DP) e empregaram-se testes estatísticos, conforme a possibilidade, como: teste qui-quadrado com correção de Yates, teste Exato de Fisher, teste t de Student e a Análise de Variância (ANOVA)<sup>3,4</sup>. O software utilizado foi o Epi-Info 3.5.1 e o nível de significância adotado nos testes foi de 5%.

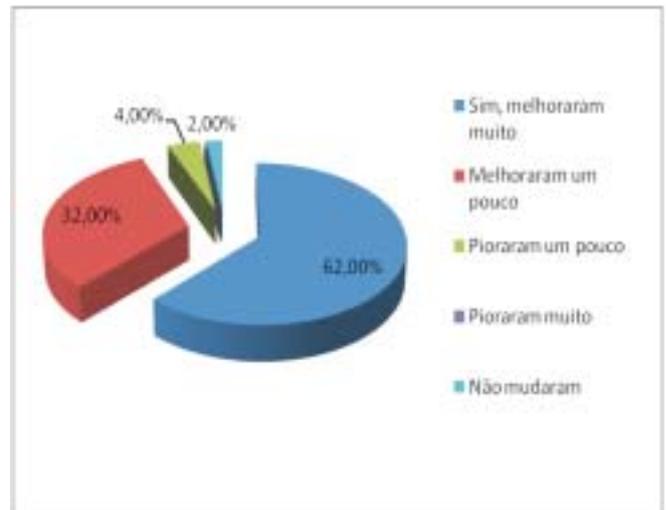
### 4. Resultados

A população estudada apresentou bom nível de conhecimentos teóricos relacionados à Ciência da Nutrição, sem variação representativa entre os grupos estudados. O consumo alimentar de 64% dos interrogados é realizado de forma adequada. Não houve correlação significativa entre a teoria estudada e a prática alimentar.

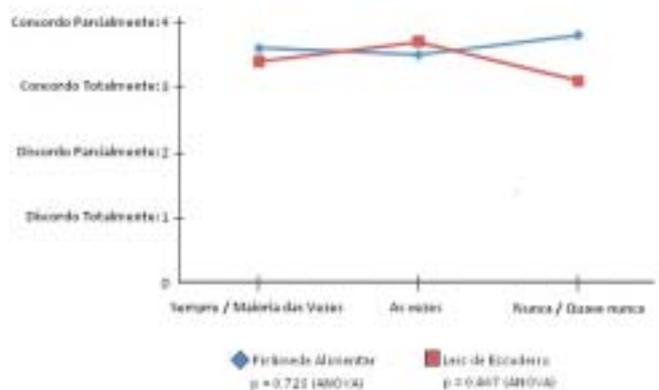
### 5. Conclusão

Verificou-se que os conhecimentos adquiridos não levam necessariamente à mudança dos hábitos dietéticos entre os acadêmicos de Nutrição.

**Gráfico 1.** Mudanças em hábitos alimentares dos acadêmicos no decorrer do curso. Manaus (AM), 2009.



**Gráfico 2.** Distribuição segundo as médias dos scores das respostas às questões relacionadas às teorias e às práticas da Pirâmide Alimentar e das Leis da Alimentação de Escudero. Manaus (AM), 2009.



### Referências

- Gouvêia ELC. Nutrição, saúde & comunidade. 2a. ed. Rio de Janeiro: Revinter; 1999.
- Scagliusi FB, Polacow VO, Cordás TA, Coelho D, Alvarenga M, Philippi ST *et al.* Tradução, adaptação e avaliação psicométrica da escala de conhecimento nutricional do National Health Interview Survey Cancer Epidemiology. Rev. Nutr. [periodico na Internet]. 2006 Aug [acesso 2009 Nov 19]; 19(4): 425-436. Disponível em: <http://www.scielo.br> doi: 10.1590/S1415-52732006000400002>.
- Vieira S. Bioestatística, Tópicos Avançados. 2.ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2004.
- Arango HG. Bioestatística Teórica e Computacional. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2001.

1 Acadêmica do 7º período do Curso de Nutrição.

2 Professora Esp. Orientadora do Eixo Temático.

3 Professora MSc. Orientadora do Eixo Metodológico.

4 Artigo elaborado como exigência parcial para obtenção do grau de bacharel em Nutrição. Centro Universitário Nilton Lins; 2009-2.

## EQUILÍBRIO HIDRO-ELETROLÍTICO DE MULHERES JOVENS NA FASE LÚTEA DO CICLO MENSTRUAL

Nutrição Clínica

Santos LA; Calazans LMA\*; Sá SA; Barbosa DEC; Azeredo VB. Universidade Federal Fluminense, Faculdade de Nutrição, Niterói-R.J., Brasil.

**OBJETIVO:** O ciclo menstrual se divide em duas fases: folicular e lútea. A Síndrome Pré-Menstrual (SPM) é um conjunto de sintomas físicos, emocionais e comportamentais que ocorre na fase lútea e desaparece logo após o início da menstruação. Pesquisas apontam mudanças metabólicas relacionadas as variações dos hormônios sexuais femininos endógenos e exógenos durante o ciclo menstrual, especialmente na fase lútea, e correlacionam as alterações eletrolíticas com variações na composição corporal. Este estudo tem por objetivo avaliar o comportamento hidro-eletrolítico de mulheres sadias, durante a fase lútea do ciclo menstrual. **METODOLOGIA:** Durante o estudo, foram investigadas 37 voluntárias, estudantes da Faculdade de Nutrição da Universidade Federal Fluminense, por um período de 3 meses. A avaliação antropométrica das voluntárias, realizada na fase lútea e folicular do ciclo, envolveu a medição de peso e estatura, medidas estas utilizadas para o cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC), além da avaliação da água corporal através da bioimpedância. A avaliação bioquímica das voluntárias foi realizada na fase lútea do ciclo menstrual – no 10<sup>o</sup> ou 11<sup>o</sup> dia após ovulação - e para a mesma coletou-se amostras de sangue (10 mL), após jejum noturno de 12 horas. Foram avaliadas as concentrações de sódio, potássio, cálcio e magnésio. Os dados foram apresentados por meio da estatística descritiva como média e desvio padrão. Análise de correlação de Pearson foi empregada para observar possíveis associações entre as variáveis estudadas. O programa *GraphPad InStat* foi utilizado e aceito um nível de significância de 5%. **RESULTADOS:** As análises bioquímicas mostraram que a maioria das voluntárias apresentavam concentrações adequadas do íon sódio, enquanto 18,9% encontravam-se com hiponatremia. Ao analisar as concentrações de cálcio, observou-se que 86,5% apresentavam hipocalcemia. Quanto ao potássio, apenas 2,7% das voluntárias mostraram hipopotassemia e nenhuma alteração com relação ao íon magnésio foi observada. Ao observar a frequência de adequação da concentração de água corporal em relação ao padrão (500mL/Kg), encontramos maior percentual (65,38%) de mulheres com concentração de água corporal acima deste valor, nesta fase do ciclo menstrual (lútea). Em adição, a relação entre a água corporal e o nível sérico de eletrólitos não foi observada. **CONCLUSÃO:** Os resultados sugerem que parece haver uma alteração no equilíbrio hidro-eletrolítico de mulheres jovens na fase lútea do ciclo menstrual, possivelmente resultante do aumento de água extra-celular e, conseqüente, diminuição da osmolalidade sérica principalmente dos íons sódio e cálcio.

## ERVA-MATE (*Ilex paraguariensis*) AUMENTA A ATIVIDADE SÉRICA DA ENZIMA PAROXONASE-1 EM INDIVÍDUOS SAUDÁVEIS

Saúde Pública

FERNANDES, E.S.<sup>1</sup>; BECKER, A.M.<sup>2</sup>; ANDRADE, F.<sup>3</sup>; CAVALCANTE, L.S.<sup>3</sup>; MACHADO, M.O.<sup>4</sup>; BAZZO, M.L.<sup>5</sup>; SILVA, M.C.<sup>5</sup>; SILVA, E.L.<sup>3,5</sup>

<sup>1</sup> Nutricionista, Programa de Pós-Graduação em Nutrição, CCS, Universidade Federal de Santa Catarina-UFSC, Florianópolis-SC, Brasil. E-mail: elenisenutri@hotmail.com. Autora apresentadora do trabalho.

<sup>2</sup> Farmacêutica, UFSC, Florianópolis-SC, Brasil.

<sup>3</sup> Programa de Pós-Graduação em Farmácia, CCS, UFSC, Florianópolis-SC, Brasil.

<sup>4</sup> Núcleo de Pesquisa em Biologia Celular e Molecular, Universidade do Sul de Santa Catarina, UNISUL, Florianópolis-SC, Brasil.

<sup>5</sup> Programa de Pós-Graduação em Nutrição, CCS, UFSC, Florianópolis-SC, Brasil

A erva-mate (*Ilex paraguariensis*), espécie vegetal utilizada no preparo de bebidas como o chimarrão, o tererê e o chá mate tostado, possui propriedades antioxidante, hipocolesterolêmica e vasodilatadora, as quais podem ser benéficas na prevenção das doenças cardiovasculares (DAC). A paroxonase1 (PON1) é uma enzima antioxidante encontrada no plasma e sua atividade está inversamente associada às DAC. Considerando que a atividade da enzima pode ser modulada pela alimentação, o objetivo desse estudo foi verificar o efeito da ingestão aguda de erva-mate verde (tipo chimarrão) e tostada (tipo chá mate) na modulação da atividade da enzima PON1 no plasma de indivíduos saudáveis. Participaram da pesquisa sete voluntários eutróficos, de ambos os sexos, com idades entre 21 e 59 anos, não fumantes e sem alterações nos exames laboratoriais de rotina. Os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e o estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade Federal de Santa Catarina (número 743/10). Após jejum de 12 h, os indivíduos ingeriram 500 mL da infusão de erva-mate tostada ou verde e amostras de sangue foram coletadas antes e 2 h após a ingestão. A atividade da PON1 foi quantificada no plasma em comprimento de onda de 270 nm e temperatura de 25 °C, usando o acetato de fenila como substrato. A cinética de reação de formação do fenol foi monitorada por 5 min e os resultados foram expressos em U/mL. O teor de fenóis totais e de saponinas totais nas infusões de mate verde e tostado foi determinado por métodos colorimétricos. A erva-mate verde apresentou 13,5 mg/mL de fenóis totais e 523,9 µg/mL de saponinas, enquanto a erva-mate tostada possui 3,8 mg/mL e 147,8 µg/mL de fenóis totais e saponinas, respectivamente. A ingestão dos dois tipos de erva-mate aumentou a atividade da PON1 em todos os voluntários. Os participantes que ingeriram a erva-mate tostada apresentaram aumento de 13,7% na atividade da PON1 (76,2 ± 21,9 U/mL vs. 88,3 ± 20,6 U/mL), enquanto a ingestão da erva-mate verde proporcionou aumento de 26,6% (89,4 ± 12,4 U/mL vs. 121,8 ± 14,8 U/mL; p < 0,05). Com base nesses resultados, podemos concluir que a ingestão aguda das infusões de erva-mate proporcionou aumento significativo na atividade da PON1 no plasma dos indivíduos. Pode-se observar que a erva-mate verde, tipo chimarrão, foi cerca de duas vezes mais efetiva do que a erva-mate tostada, tipo chá mate, provavelmente pela maior quantidade de princípios ativos, como os compostos fenólicos, presentes na erva-mate verde. Em suma, o aumento da atividade da enzima antioxidante PON1 no plasma após a ingestão de erva-mate pode ser um coadjuvante na prevenção das doenças cardiovasculares.

## ESTADO NUTRICIONAL DE ADOLESCENTES: “SOBREPESO E OBESIDADE” DE UMA ESCOLA PÚBLICA DA CIDADE DE NATAL (RN)

Nutrição e Saúde Pública

Campos, D.

Escola Ary Parreira, Natal (RN)- Brasil

[dayanna\\_campos@hotmail.com](mailto:dayanna_campos@hotmail.com)

Como a obesidade está sendo considerada uma doença crônica e epidêmica, o presente estudo tem como objetivo avaliar o estado nutricional de adolescentes de uma escola pública de natal (RN) e destacar a prevalência de sobrepeso e obesidade. Trata-se de um estudo epidemiológico, descritivo com abordagem quantitativa. A amostra foi feita na Escola Ary Parreira de Natal (RN) composta por 40 escolares na faixa etária de 11 a 15 anos de ambos os gêneros. Os instrumentos para coleta de dados foram: balança digital e estadiômetro para mensurar a massa corporal e estatura, respectivamente. Para o estado nutricional foi calculado o Índice de Massa Corpórea (IMC) e adotado os percentis (P) do CDC (2000), considerando a classificação da OMS (1995) e SISVAN (2004) 85-95 = sobrepeso e > 95 = obesidade. Para a análise dos dados foi utilizado o software SPSS versão 14.0. A mediana da massa corporal e estatura nos meninos foram 45,05kg e 1,52m e nas meninas 40,2kg e 1,47m. A mediana do IMC mostrou normalidade em ambos os gêneros, com 17,53kg/m<sup>2</sup> para os meninos e 18,47kg/m<sup>2</sup> para as meninas. Dos adolescentes entrevistados, 12,5% e 25% foram classificados com sobrepeso e obesidade, respectivamente. Com índice mais alto de sobrepeso no sexo feminino (10%) e obesidade (15%) no sexo masculino. A metade dos estudantes estavam na categoria como eutróficos com 25% no sexo masculino e 25% no sexo feminino e 12,5% dos adolescentes (7,5% para o sexo masculino e 5% para o sexo feminino) apresentaram-se com baixo peso. As medianas da avaliação antropométrica expostas nos resultados do presente trabalho detectaram que as meninas mostraram valores inferiores na estatura e massa corporal em relação ao gênero masculino e a mediana do IMC mostrou normalidade em ambos os gêneros. Mesmo que a metade da população estudada tenha sido classificada como eutrófica, o índice de sobrepeso e obesidade foi de 12,5% e 25%, respectivamente. No sexo masculino, o que predominou foi obesidade com 15%, enquanto no sexo feminino foi o sobrepeso com 10%. Os adolescentes de ambos os gêneros merecem atenção nos aspectos relacionados à vigilância nutricional, fato relacionado à prevalência de sobrepeso e obesidade evidenciada. Tornam-se prementes estratégias de intervenção ainda na infância, para promover qualidade de vida visando à prevenção de sobrepeso e obesidade ao longo da vida.

#### ESTADO NUTRICIONAL DE CRIANÇAS MENORES DE 5 ANOS ASSISTIDAS POR ESTRATÉGIA DE SAÚDE DA FAMÍLIA DO MUNICÍPIO DOS BEZERROS, PERNAMBUCO.

Nutrição Clínica

SILVA, R. M.; SILVA, S. A. SILVA, S. T.

Programa de Iniciação Científica, Curso de Nutrição, Faculdade do Vale do Ipojuca – FAVIP, Caruaru, Pernambuco - Brasil.

Autor apresentador: Samira Tatiane da Silva

**OBJETIVO:** Diagnosticar o estado nutricional de crianças menores de 5 anos, fidelizadas a Estratégia de Saúde da Família (ESF) do bairro do Salgado de Bezerros, estado de Pernambuco. **METODOLOGIA:** Estudo transversal, com amostra aleatória de 44 crianças, de ambos os sexos, com idade inferior a 5 anos, atendidas durante setembro/outubro de 2008. Foram excluídos do estudo, aquelas com impossibilidade de realização das medidas antropométricas. As variáveis estudadas foram: sexo, idade, peso, estatura, presença de anemia, parasitoses e anorexia. O diagnóstico do estado nutricional foi realizado a partir dos valores do escore Z dos indicadores: peso/idade (P/I), peso/estatura (P/E) e estatura/

idade (E/I), utilizando as curvas de crescimento da OMS/2006; classificados segundo os pontos de corte do SISVAN/2008. Os dados foram analisados no SPSS, versão 13.0. As variáveis categóricas são testadas com qui-quadrado, adotando-se nível de significância de  $p < 0,05$ . **RESULTADOS:** Dos avaliados, 54,5% são meninas, com 70% na faixa etária entre 24-59 meses; peso e estatura média de 14,35±4,13kg e 90,79±14,93cm, respectivamente. A avaliação nutricional revelou que o peso estava adequado em 81,8% e 85,7% das crianças, segundo os indicadores P/I e P/E, respectivamente. Da mesma forma, o estado nutricional se apresentou adequado em 93% dos avaliados, segundo o indicador E/I e apenas 7% apresentavam baixa estatura. A avaliação da condição clínica mostrou que 54,5% tinham anorexia, 18,2% eram anêmicos, 13,6% apresentaram quadro recente de diarreia e 6,8% tinham diagnóstico positivo para parasitoses intestinais. **CONCLUSÃO:** Na amostra, a maioria encontrava-se eutrófica, podendo refletir a atuação efetiva da ESF na população avaliada. No entanto, se faz necessário maior atenção aos casos de anorexia, anemia, diarreia e parasitoses que podem comprometer o estado nutricional a médio/longo prazo.

#### ESTADO NUTRICIONAL DE GESTANTES INDÍGENAS ALDEIADAS NO ESTADO DE PERNAMBUCO, BRASIL – 2008.

Saúde Pública

Autora: LEITE, A.

Instituição: Fundação Nacional de Saúde Recife – Brasil

Autora (apresentadora): LEITE, A.

**Objetivo:** Este estudo teve por objetivo avaliar o estado nutricional de gestantes indígenas aldeadas no estado de Pernambuco em 2008. **Metodologia:** Foram utilizados os dados de avaliação nutricional obtidos nos consolidados do SISVAN Indígena. Os dados dos mapas mensais de acompanhamento da gestante do SISVAN Indígena foram preenchidos rotineiramente nas visitas e consultas das Equipes Multidisciplinares de Saúde Indígena (EMSI), e nas unidades de saúde que prestam atendimento aos usuários indígenas. A geração de dados para a construção de indicadores para o diagnóstico nutricional foi composta por aferição do peso, altura e cálculo da idade gestacional. O indicador utilizado para avaliar o estado nutricional das gestantes foi o índice de massa corporal (IMC) por idade gestacional. Os pontos de corte estabelecidos foram os mesmos adotados pela Área Técnica de Saúde da Mulher do Ministério da Saúde. **Resultados:** Foi possível observar um percentual importante de baixo peso entre as gestantes indígenas (12%). Entretanto, observou-se um elevado percentual de gestantes com estado nutricional adequado e sobrepeso (65% e 18% respectivamente). Apenas 5% da população estudada encontrava-se com obesidade. Avaliação nutricional realizada entre as gestantes atendidas em um serviço público de pré-natal na cidade de Recife mostrou que 48,3% das gestantes apresentaram estado nutricional adequado, entretanto há a ocorrência de altos níveis de inadequação nutricional 25,4% de baixo peso e 26,2% de sobrepeso/obesidade. Resultados de estudo com gestantes atendidas pelo programa saúde da família no município de Campina Grande, Paraíba, mostram alta prevalência de sobrepeso e obesidade 27%, e uma prevalência significativa de desnutrição 23%. **Conclusão:** A avaliação do estado nutricional é de extrema importância para indicar as condições de saúde das gestantes evitando assim problemas para conceito.

Apesar das diferenças metodológicas e escassez de pesquisas a respeito da saúde das gestantes indígenas, foi possível observar que os estudos acima referidos verificaram prevalências de baixo peso e sobrepeso superiores ao encontrado no presente estudo. Identifica-se uma grande necessidade de estudos voltados para saúde das gestantes indígenas para que sejam identificados os fatores que levam a inadequação nutricional (baixo peso 12% e sobrepeso 18%) visando assim gestantes mais saudáveis.

### ESTADO NUTRICIONAL DE PACIENTES HIPERTENSOS ATENDIDOS PELO PROGRAMA SAÚDE DA FAMÍLIA NO MUNICÍPIO DE FERNANDO PRESTES – SP

Nutrição Clínica

Mafei, T. V.

Prefeitura Municipal de Fernando Prestes, Fernando Prestes - São Paulo, Brasil.

Autor Apresentador: Thiago Victor Mafei

**Objetivo:** Avaliar o estado nutricional de pacientes hipertensos atendidos pelo Programa Saúde da Família (PSF) no município de Fernando Prestes (SP). **Metodologia:** Foram avaliados 31 hipertensos de ambos os sexos, com idade entre 39 a 81 anos, atendidos na USF. As informações foram coletadas mediante visitas domiciliares acompanhada pelo agente comunitário de saúde, responsável pela microarea. Para avaliar o estado nutricional dos participantes foram coletadas informações (peso e altura) e o diagnóstico antropométrico realizado através do Índice de Massa Corporal (IMC), com pontos de corte adotado pela Organização Mundial de Saúde (OMS), 1997. O peso foi obtido por meio de uma balança eletrônica com capacidade de 150 kg, o participante posicionou-se em pé, no centro da base da balança, descalça e com roupas leves para a realização da leitura. Para verificação da altura foi utilizada uma fita métrica (150 cm), fixada a 50 cm do chão em uma parede lisa e sem rodapé, onde a pessoa posicionou-se em pé, ereto, com calcanhares, ombros e nádegas encostados na parede, de costas para a fita, olhando para um ponto fixo na altura dos olhos e com os braços estendidos ao longo do corpo. Utilizou-se também um questionário, desenvolvido para este estudo, para avaliar a presença de patologias associadas a HA, antecedentes familiares, tabagismo e a prática de atividade física. Os dados assim obtidos foram tabulados e tratados utilizando o software Microsoft Excel 2007 e analisados através da estatística descritiva. **Resultados:** A média da idade da população em estudo foi 62,9 anos (mínima de 39 e máxima 81 anos) e 83,87% dos participantes eram do sexo feminino. Com relação à presença de patologias associadas a HA, 22,6% eram diabéticas e 32,2% apresentaram níveis elevados de colesterol e a maioria dos entrevistados (45,2%) possuía algum antecedente familiar para HA. Referindo-se a prática de atividade física, a grande maioria (80,65%) dos participantes não praticava nenhum tipo de atividade física e 19,35% dos entrevistados fumavam regularmente. A média encontrada para valores do IMC foi 29,70 Kg/m<sup>2</sup>. Observa-se que 74,2% da população do estudo apresentaram excesso de peso (32,20% sobrepeso, 22,60% obesidade I, 16,20% obesidade II e 3,20% obesidade III). **Conclusão:** A prevalência do excesso de peso no presente estudo foi de 74,2% dos hipertensos, onde associado com tabagismo e sedentarismos leva desenvolvimento de possíveis complicações. Frente a estes resultados, sugere-se o desenvolvimento de ações de educação nutricional e incentivo a prática de atividade física para manutenção do peso e melhora na qualidade de vida desses pacientes.

### ESTADO NUTRICIONAL E DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS EM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS

Nutrição e Saúde Pública

SAITO, Verônica de Sousa Takashi<sup>2</sup>; D'ANTONIO, Fábio Marinho<sup>2</sup>; FIGUEREDO, Daiana Pires<sup>1</sup>; CHAVES, Maiana Luz<sup>1</sup>; PEREIRA, Cintia Raquel Domingues<sup>1</sup>; OLIVEIRA, Hemilly Rebouças Leite<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> Acadêmicos do Curso de Nutrição da FTC – Faculdade de Tecnologia e Ciências

<sup>2</sup> Docentes da FTC – Faculdade de Tecnologia e Ciências.

Apresentador do trabalho: Maiana Luz Chaves

O crescimento da população idosa e o aumento da longevidade, associados a mudanças nos padrões alimentares e no estilo de vida, têm forte repercussão sobre o padrão de morbimortalidade. Por isso o **Objetivo** desse estudo foi: Determinar o estado nutricional e a prevalência de Doenças Crônicas Não Transmissíveis em idosos.

**Métodos:** Estudo descritivo, quantitativo, realizado em um centro de convivência do idoso, localizado na cidade de Vitória da Conquista Bahia no ano 2010. A amostra foi formada por 30 idosos. Foram coletados dados relativos a peso através de uma balança analógica e altura através de um Estadiômetro, sendo esses pesados utilizando-se roupas leves e descalço, a partir daí calculou-se o Índice de Massa Corpórea (IMC). Para avaliar a Circunferência Abdominal, utilizou-se fita métrica flexível e inelástica. Para os pontos de cortes foram adotados os critérios da Organização mundial de Saúde (OMS, 2007). Através dos prontuários dos idosos, foi verificada a prevalência das patologias que os acometem. Deve-se destacar que alguns dos idosos apresentaram mais de uma patologia.

**Resultados:** Dos 31 idosos, utilizando o IMC, cerca de 26,6% apresentaram-se eutróficos, 73,4 apresentaram-se com Sobrepeso e obesidade. Segundo a Circunferência Abdominal, 83,3% apresentaram risco metabólico aumentado e 16,7% com baixo risco. As patologias encontradas apresentaram com 66,6% para Hipertensão Arterial Sistêmica, 13,3% com Diabetes Mellitus tipo II, 43,3% com Hipercolesterolemia, e 20% com Doenças Cardiovasculares. **Conclusão:** Os resultados encontrados reforçam a necessidade de uma maior ação no grupo estudado quanto aos aspectos nutricionais em idosos e, principalmente sua associação com comorbidades, haja vista ser este o segmento populacional que apresentou o maior crescimento nas últimas décadas.

**Palavras chave:** Estado nutricional; Doenças Crônicas Não Transmissíveis.

### ESTADO NUTRICIONAL E HÁBITOS ALIMENTARES E DE VIDA DE ADULTOS E IDOSOS E SUAS ASSOCIAÇÕES

Nutrição e Saúde Pública

SOUZA, F. B.; NASCIMENTO, P. R., BROEDEL, P., SOARES M. A., CARVALHO A. R., MONTEIRO B. S., OLIVEIRA, F. E., REZENDE, A. M. B.; MARINHO, F. T. C., PEZENTE, M. P., OLIVEIRA, R.V.; VIANA, E. C. CENTRO UNIVERSITÁRIO VILA VELHA. Vila Velha, Espírito Santo, Brasil.

Apresentador: SOUZA, F.B.

**Objetivo:** Investigar a associação entre estado nutricional e os hábitos alimentares e de vida de adultos e idosos participantes do Projeto Vila Velha cidadã e residentes no município de Vila Velha, Espírito Santo.

**Metodologia:** Os dados foram coletados de março a Novembro de 2009 em ações promovidas em parceria com a Prefeitura Municipal

de Vila Velha e centros comunitários, sendo a participação dos adultos e idosos, voluntária e por livre demanda. Para a classificação do estado nutricional foi aferido o peso (Kg) e a altura(m) e utilizado o Índice de Massa Corporal (IMC)(Kg/m<sup>2</sup>) respeitando as classificações de acordo com os estágios de vida: adultos (WHO, 1998) e idosos (LIPSCHITZ, 1994). Em relação à avaliação dos hábitos alimentares e de vida adotou-se um questionário teste, proposto pelo Ministério da Saúde denominado “Como está sua alimentação?” ([http://nutricao.saude.gov.br/teste\\_alimentacao.php](http://nutricao.saude.gov.br/teste_alimentacao.php)). O resultado do questionário é obtido de acordo com a pontuação obtida mediante as respostas de cada pergunta, sendo o indivíduo classificado quanto ao hábito alimentar e de vida como: A) Possui hábitos de vida saudáveis (até 28 pontos), B) Fique atento com seus hábitos de vida (29 a 42 pontos) ou C) Torne seus hábitos de vida mais saudáveis (43 pontos ou mais). Para a análise estatística utilizou-se o teste Chi-square e adotou-se como nível de significância  $p < 0,05$ . **Resultados:** Foram avaliados 371 indivíduos, dos quais 174 responderam ao questionário e realizaram as medidas antropométricas. Destes 22,42% (n=39) homens e 77,58% (n=135) mulheres. Os avaliados foram divididos de acordo com seu estágio de vida, onde: 76,43% (n=133) são adultos com idade média de  $41,35 \pm 10,66$  e 23,57% (n=41) são idosos, com idade média de  $69,02 \pm 7,48$ . Entre os adultos verificou-se que 43,6% (n=58) eram eutróficos e 56,4% (n=75) apresentavam excesso de peso, não havendo nenhum indivíduo classificado como baixo peso. No grupo dos idosos 14,6% (n=6) apresentavam baixo peso, 29,27% (n=12) eram eutróficos e 56,13% (n=23) encontravam-se em excesso de peso. Em relação à avaliação do hábito alimentar e de vida o grupo dos adultos obteve média de  $36 \pm 6,54$  pontos e os idosos de  $38 \pm 5,80$  pontos. No grupo dos adultos, 15,03% (n=20) obtiveram pontuação C, 67,67% (n=90) obtiveram pontuação B e 17,30% (n=23) obtiveram pontuação A. Já para o grupo dos idosos, 4,87% (n=2) obtiveram pontuação C, 78,05% (n=32) obtiveram pontuação B e 17,08% (n=7) obtiveram pontuação A. Ao analisar a classificação do hábito alimentar em função ou não do excesso de peso, não observou-se diferença estatística entre os adultos ( $p=0,665$ ) nem entre os idosos ( $p=0,393$ ). Também não houve diferença entre adultos e idosos quanto ao número de indivíduos nas diferentes classificações do hábito alimentar ( $p=0,226$ ), refletindo numa mesma condição alimentar na população estudada independente do estágio de vida. **Conclusão:** Verificou-se que tanto entre os adultos quanto entre os idosos e independente da classificação nutricional, houve uma maior frequência de indivíduos que precisam ficar atentos com seus hábitos alimentares e de vida. Este fato indica uma necessidade de práticas públicas com a finalidade de informar a população sobre alimentação saudável e hábitos de vida, a fim de evitar possíveis doenças crônicas advindas de um hábito de vida pouco saudável.

## ESTADO NUTRICIONAL E NÍVEIS DE HEMOGLOBINA EM CRIANÇAS PIPIPAN, FULNI-Ô E KAPINAWÁ – POVOS INDÍGENAS DE PERNAMBUCO, BRASIL, 2009

Saúde Pública

Autores: LEITE, A; COSTA, T.

Instituição: Fundação Nacional de Saúde

Recife – Brasil

Autora (apresentação): LEITE, A.

**Objetivo:** Este estudo teve por objetivo avaliar o estado nutricional, incluindo dosagem de hemoglobina, de crianças Pipipan, Fulni-ô e Kapinawá, povos indígenas de Pernambuco, Brasil. **Metodologia:**

Foram estudadas 142 crianças entre seis e dezoito meses. A coleta de dados foi conduzida em outubro – dezembro de 2009 durante implantação do Programa Nacional de Suplementação de Ferro em Terra Indígena. O estado nutricional foi descrito segundo a distribuição do índice peso/idade, expresso em percentil segundo o National Center for Health Statistics. O peso foi obtido segundo técnicas padronizadas e a idade calculada a partir da data de nascimento obtida no cartão de saúde das crianças. O diagnóstico de anemia foi determinado a partir de concentrações de hemoglobina sérica inferiores a 11 g/dl, utilizando o hemoglobinômetro portátil (Hemocue Hb 201\*). **Resultados:** Verificou-se 11,3% das crianças com déficit no índice peso/ idade. Entre as crianças do sexo feminino observou-se 10,7% com desnutrição aguda, percentual próximo ao encontrado no sexo masculino (11%). A ampla maioria das crianças estava anêmica (61,3%). O sexo feminino representava 51,7% das crianças anêmicas, enquanto que o sexo masculino 48,3%. Foi percebido que 13,7% das crianças avaliadas estavam com desnutrição aguda e anemia. No entanto, 67,8% das crianças apresentavam peso adequado para idade, porém com valores de hemoglobina sérica inferiores a 11g/dl. **Conclusão:** Os resultados apontam para um quadro de alta prevalência de desnutrição aguda e anemia entre as crianças indígenas avaliadas. Em estudo realizado com crianças Xavante foi observado déficit no índice peso/idade (8,7% em < 11 meses e 50% em < 24 meses). As prevalências de anemia encontradas neste estudo corroboram com os altos percentuais encontrados no país. O Inquérito Nacional de Saúde e Nutrição dos Povos Indígenas aponta prevalência de anemia em níveis extremamente elevados 80,5% (6 a 11 meses) e 68,4% (12 a 23 meses). Outros estudos sobre o estado de hemoglobina de crianças revelam magnitudes elevadas da deficiência: 81,3% (6 a 23 meses) entre as Kamaiurá; 95,0%, 81,8% e 95,2% (6 a 11 meses, 12 a 17 meses e 18 a 24 meses, respectivamente) entre as Suruí; 83,33% (6 a 24 meses) entre as Aruak; 84,62% (6 a 24 meses) entre as Karibe; 68,5% e 59,1% (6 a 11 meses e 12 a 23 meses, respectivamente) entre as crianças não indígenas de Pernambuco.

## ESTADO NUTRICIONAL E PREVALÊNCIA DE DOENÇAS NÃO TRANSMISSÍVEIS EM IDOSOS ATENDIDOS POR UM PLANO DE SAÚDE EM SÃO LUIS- MARANHÃO

Nutrição e Saúde Pública

LUNA, L.<sup>1</sup>; REIS, M.<sup>1</sup>; SOUZA, A.<sup>1</sup>; MACHADO, S.<sup>2</sup>

1. Acadêmica do curso de Nutrição – Universidade Federal do Maranhão- UFMA

2. Professora Msc. – Universidade Federal do Maranhão- UFMA  
Universidade Federal do Maranhão – UFMA. São Luís - Brasil

Autora apresentadora do trabalho: Larissa Marques Luna

**Objetivo:** Investigar o estado nutricional e a prevalência de doenças não transmissíveis, bem como a história familiar dessas doenças entre os idosos atendidos por um Plano de Saúde em São Luís, Maranhão. **Metodologia:** Trata-se de um estudo transversal descritivo, que foi realizado em um consultório particular que atende a conveniados de um Plano de Saúde na cidade de São Luís-MA, no período de junho e julho de 2010. Foram entrevistados idosos, com 60 anos de idade ou mais, de ambos os sexos. Os indivíduos que concordaram em participar da pesquisa assinaram um termo de consentimento livre e esclarecido. Todos os participantes responderam um questionário contendo dados sócio-demográficos e dados clínicos sobre doenças não transmissíveis, e tiveram peso e estatura aferidos

para cálculo do índice de massa corporal (IMC). O estado nutricional foi classificado com base no IMC, segundo os critérios adotados pelo Ministério da Saúde. Os dados foram apresentados em frequências simples e percentuais, médias e variações. **Resultados:** O grupo estudado compreendeu 66 idosos, com média de idade de 72,9 anos, sendo 74,24% (49) do sexo feminino e 25,76% (17) do sexo masculino. O Índice de Massa Corpórea apresentou média de 25,40 kg/m<sup>2</sup>, variando entre 18 kg/m<sup>2</sup> e 34,93 kg/m<sup>2</sup>, sendo que 50% (33) dos pacientes foram classificados como eutróficos, 21,20% (14) como desnutridos e 28,80% (19) apresentaram sobrepeso. Quanto à prevalência de doenças crônicas não transmissíveis, 84,85% (56) dos pacientes relataram apresentar algum tipo de patologia, dos quais estes 96,43% (54) possuem antecedentes familiares para tais doenças. Dentre os pacientes que relataram não ser portador de doenças não transmissíveis (15,15%), 70% (7) têm histórico familiar. As doenças mais citadas foram: hipertensão arterial (65,15%), seguida pelo diabetes mellitus (31,81%). **Conclusão:** Boa parte dos idosos estudados apresentou algum distúrbio nutricional, sendo o excesso de peso mais prevalente. Concomitantemente, a prevalência de doenças não transmissíveis foi bastante elevada no grupo. Tais dados sugerem a necessidade da realização de ações educativas entre os pacientes investigados com o objetivo de reduzir o risco de desenvolver doenças não transmissíveis entre aqueles que ainda não são portadores, bem como de suas complicações entre aqueles que já são portadores dessas afecções.

## ESTIMATIVA DA INGESTÃO DE FÓSFORO E PROTEÍNA EM PACIENTES RENAI CRÔNICOS

Nutrição Clínica

PAIVA, Thamires de Andrade; SILVA, Regina Katiuska Bezerra; SILVA, Roxana Patrícia Bezerra; BEZERRA, Raphaella Kathiane; FERNANDES, Taciana Fernanda dos Santos.

**Instituição:** Clínica Nefrológica de Caruaru LTDA, Caruaru-Pernambuco, Brasil.

**Objetivo:** Avaliar a ingestão protéica e de fósforo de pacientes renais crônicos em hemodiálise da Clínica Nefrológica de Caruaru LTDA. **Métodos:** Trata-se de um estudo transversal analítico, no período de junho a julho de 2010. Foram selecionados os pacientes com doença renal crônica em tratamento há pelo menos três meses e que já haviam recebido orientações nutricionais. Coletaram-se os dados de registro alimentar de três dias através de entrevistas. Peso seco, uréia e Kt/V foram obtidos por meio dos prontuários. Para análise estatística utilizou-se média, desvio padrão, correlação de Pearson para associar os parâmetros dietéticos e teste qui-quadrado ( $\chi^2$ ) através do *Software* Epi-Info versão 6. A significância estatística foi considerada para valores de  $p < 0,05$ . **Resultados:** O estudo envolveu 50 pacientes em hemodiálise, sendo 58% do sexo masculino. A média de idade foi de 46,4 anos (DP  $\pm$  15,2). Observou-se que a ingestão protéica diária estava acima do recomendado (1,36  $\pm$  0,68 g/kg/dia), enquanto o fósforo apresentou valor dentro da normalidade (908,8  $\pm$  411,4 mg/dia). As variáveis dietéticas apresentaram correlação positiva (R= 0,91;  $p < 0,001$ ). Valores de Ureia estiveram elevados em 80% dos pacientes. Por outro lado, os níveis séricos de fósforo estiveram elevados em 66% dos pacientes e o Kt/V abaixo do recomendado em 52%, com diferença estatística significativa ( $p = 0,01$ ). **Conclusão:** O controle na ingestão de proteínas e fósforo na dieta, associado a uma diálise adequada, é imprescindível na prevenção de complicações relacionadas à doença

renal crônica. Portanto, devem-se promover ações no âmbito nutricional para corrigir os possíveis erros alimentares.

**Palavras-chave:** Dieta com Restrição de Proteínas. Fósforo na Dieta. Insuficiência Renal Crônica.

## ESTRATÉGIAS DE INTERVENÇÃO NUTRICIONAL NA INGESTA ALIMENTAR EM ONCOLOGIA.

Nutrição Clínica

**ALVES, FMML\***; SANTOS, AF DOS\*; SOUSA, RML DE\*\*.

\*Acadêmicos do curso de Nutrição do Centro Universitário do Maranhão (UNICEUMA);

\*\*Mestranda do Programa de Pós-Graduação em Saúde Materno Infantil da Universidade Federal do Maranhão (PPGSMIN-UFMA), professora do curso de Nutrição do UNICEUMA.

A recuperação e manutenção do estado de nutrição são essenciais no prognóstico positivo da terapêutica antineoplásica. Sumarizaram-se estratégias que visam melhorar a ingesta alimentar do paciente com câncer (CA). Estudo descritivo, revisor de literatura. Informações coletadas na base de dados do SCIELO e revistas de caráter clínico-científico comprovado. A anorexia é fator importante no estado nutricional do paciente com CA, portanto, faz-se uso de estratégias que minimizem os possíveis desconfortos ocasionados pela alimentação, bem como, favoreçam a ingesta na patologia, tais como: fracionamento de refeições, aumento da densidade calórica das preparações, através de alimentos hipercalóricos, como os óleos, leites ou suplementos alimentares. Sinais clínicos como mucosite, podem ser prevenidos com a salivagem de balas. Náuseas e vômitos, fatores comumente associados ao tratamento oncológico (quimioterapia e radioterapia, principalmente), podem ser minimizados através da elevação do decúbito e orientações a cerca da não ingesta de líquidos durante ou em um período curto antes ou a seguir as refeições. Os líquidos podem ser menos tolerados, os "geladinhos" dos mesmos (gelos dos sucos prediletos do paciente, de água e água de coco), podem diminuir desconfortos eméticos. Os temperos fortes (gingibre, rúcula ou sabores como o pêssego, o achocolatado, laranja, tangerina, etc) devem ser explorados nas refeições destes pacientes, devido o rebaixamento do paladar no CA, desde que estejam omisso sinais gastrointestinais relacionados. Usar-se da gastronomia hospitalar e de pequenas estratégias que aumentem a ingesta do paciente com CA será sempre imprescindível para a manutenção e recuperação do estado de nutrição nestes pacientes.

**PALAVRAS-CHAVE:** Câncer. Intervenção nutricional. Gastronomia hospitalar.

## EVOLUÇÃO DA PREVALÊNCIA DE DOENÇAS CRÔNICAS EM MULHERES CLIMATÉRICAS

Nutrição Clínica

Santos RDS\*, Carvalho FGD, Lima TP, Suen VMM, Navarro AM, Iannetta R, Marchini JS, Iannetta O  
Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto – FMRP/USP, Ribeirão Preto, Brasil

\*Apresentadora do trabalho

**OBJETIVO:** O presente estudo teve por objetivo verificar a frequência

de obesidade, diabetes mellitus, hipertensão arterial e dislipidemias em um grupo de mulheres climatéricas. **METODOLOGIA:** Estudo retrospectivo com análise de prontuários das primeiras pacientes atendidas no Ambulatório Multidisciplinar de Climatério (ACLI) do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto-USP (por volta de 1980) e que tiveram seguimento até a primeira década de 2000. Foram coletados dados de peso, estatura, Índice de Massa Corporal (IMC), grupo biológico, diagnóstico de hipertensão arterial, diabetes mellitus e dislipidemias. **RESULTADOS:** Desde 1980 até a primeira década de 2000, 400 pacientes tiveram seguimento no Ambulatório (ACLI), porém, apenas 272 apresentavam seus prontuários com os dados do presente estudo devidamente registrados. Dessas 272 pacientes, foram selecionadas 628 consultas, sendo que, portanto, em média, cada mulher teve 3 retornos. Essas mulheres tinham idade mínima de 29 e máxima de 80 anos, com IMC mediano acima de 25 kg/m<sup>2</sup>. Durante esse período, segundo o IMC, houve uma diminuição da prevalência de subnutrição (2,6 para 0%), eutrofia (36,8 para 22,0%) e sobrepeso (34,9 para 28,8%), e aumento da prevalência da obesidade (25,7 para 49,2%). O diagnóstico de diabetes, hipertensão arterial e dislipidemia foi detectado em, respectivamente: 32%, 68% e 54% dos casos. A prevalência dessas doenças aumentou ao longo do tempo, sendo a hipertensão a doença que apareceu com maior frequência em todo o período. **CONCLUSÃO:** Mulheres climatéricas atendidas em um hospital de nível de atendimento terciário apresentaram um aumento do IMC e da prevalência de doenças crônicas não transmissíveis com o passar do tempo, o que faz urgir um olhar mais atento dos profissionais de saúde a esse grupo populacional.

#### FATORES ASSOCIADOS AO EXCESSO DE PESO ENTRE ADOLESCENTES DE UMA INSTITUIÇÃO PÚBLICA DE ENSINO DA CIDADE DE BELÉM, PA.

Nutrição e Saúde Pública

CASTRO, D; MOURA, F; PEREIRA, R.; NEUMANN, D.

Autor apresentador do trabalho: Fernanda Maria Lima Moura

**OBJETIVO:** O presente estudo investigou a prevalência de excesso de peso entre os adolescentes de uma instituição pública de ensino da cidade de Belém-Pa e associações entre esta e variáveis socioeconômicas e relacionadas ao comportamento alimentar. **METODOLOGIA:** Foi realizado um estudo transversal com a participação de 86 adolescentes do gênero masculino e 96 do gênero feminino, totalizando 182 indivíduos com idades entre 14 e 21 anos. Para a coleta de dados, foi utilizado um questionário auto-respondido sob supervisão dos pesquisadores, aplicado em salas de aula. Foram tomadas medidas antropométricas de peso e altura, sendo classificado o índice de massa corporal –IMC– utilizando-se os pontos de corte por idade, preconizados pela Organização Mundial de Saúde – OMS para adolescentes. Os dados foram analisados através dos programas Excel 7.0 e Epi Info (versão 3.4.1) incluindo distribuições de frequências, estatística descritiva, além de testes estatísticos como o Qui-quadrado ( $\chi^2$ ) através dos métodos de Mantel-Haenszel e teste exato de Fisher. **RESULTADOS:** Verificou-se que a maioria dos adolescentes pertence às classes B e C com escolaridade dos pais superior ao ensino médio. A prevalência de excesso de peso entre as meninas foi de 7,3%, bem inferior à encontrada entre os meninos de 19,8%, com diferença significativa entre os sexos ( $p = 0,013$ ). Não houve associação significativa entre os fatores analisados e o excesso de peso, com exceção da prática de realização de dieta,

significativa tanto para o gênero feminino ( $p = 0,03$ ), quanto para o gênero masculino ( $p = 0,001$ ). Os principais fatores de influência na escolha de alimentos pelos adolescentes foram o sabor, a facilidade, a família e preocupações com nutrição e saúde. **CONCLUSÃO:** As prevalências de excesso de peso semelhantes àquelas reportadas para outras regiões do país foi sobretudo no gênero masculino. Práticas alimentares inadequadas como a omissão de refeições e a tendência hedonista (sabor) como influência principal na seleção dos alimentos devem ser avaliados como elementos importantes em programas de promoção da alimentação saudável entre estes adolescentes. A associação significativa entre realização de dieta e o excesso de peso demonstra preocupações por parte dos adolescentes a respeito do seu estado ponderal atual.

#### FATORES DE RISCO CARDIOVASCULAR EM PACIENTE INSERIDOS NA SEDE DA UNIDADE DA SAÚDE DA FAMÍLIA DE INHOBIM - BA

Nutrição e Saúde Pública

LEBRÃO, Renata Lacerda<sup>1</sup>; D'ANTONIO, Fábio Marinho<sup>1</sup>; LEMOS, Odair Lacerda<sup>1</sup>; ALMEIDA, Obertal da Silva<sup>1</sup>; MATOS, Sônia Regina da Silva<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> Docentes da FTC – Faculdade de Tecnologia e Ciências.

Apresentador do trabalho: Renata Lacerda Lebrão.

**Objetivo:** Analisar os fatores que contribuem para o aparecimento de doenças cardiovasculares em pacientes atendidos em uma unidade de saúde da família de Inhobim – BA. **Métodos:** Estudo descritivo, transversal. A amostra foi formada por 310 indivíduos, sendo 82 (26,5%) Homens com média de idade ( $25 \pm 2,8$ ) e 228 (73,5%) Mulheres ( $32 \pm 9,9$ ). Foram analisados indivíduos adultos com idades compreendidas entre 20 a 50 anos, de ambos os gêneros, cadastrados na sede da unidade de saúde da família de Inhobim - BA, localizada no município de Vitória da Conquista – BA, no período de setembro a outubro de 2009. Calculados o percentual da ocorrência dos fatores de risco e a média e o desvio padrão das variáveis antropométricas. **Resultados:** A prevalência de fatores de risco foi o sedentarismo (57,3%) nos homens e (93,9%) nas mulheres, o sobrepeso/obesidade (29,3%) nos homens e (44,7%) nas mulheres, o risco metabólico (14,6%) em homens e (49,1%) em mulheres, a hipertensão arterial (13,4%) nos homens e (18,4%) nas mulheres e os antecedentes familiares com História positiva para Hipertensão arterial (58,5%) nos homens e (75%) nas mulheres, doença coronariana (23,2%) nos homens e (18,9%) em mulheres, Diabetes (15,9%) em homens e (30,7%) em mulheres. **Conclusão:** A elevada prevalência dos fatores de risco para doença cardiovascular, em indivíduos adultos, necessitam-se da implementação de políticas de saúde e de medidas urgentes capazes de modificar tais fatores, como passo importante para reduzir e/ou minimizar a incidência de doenças cardiovasculares nesta população. **Palavras chave:** Doença cardiovascular; Obesidade; Risco metabólico.

#### FATORES DE RISCO PARA HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA EM INDIVÍDUOS ASSISTIDOS EM UMA UNIDADE DE ATENÇÃO BÁSICA EM SAÚDE

Nutrição e Saúde Pública

LEBRÃO, Renata Lacerda<sup>3</sup>; D'ANTONIO, Fábio Marinho<sup>3</sup>; MATOS,

Sônia Regina da Silva<sup>3</sup>; FELIX, Carlos<sup>1</sup>; BARBOSA, Ismael Damascena<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Acadêmico do Curso de Enfermagem da FTC – Faculdade de Tecnologia e Ciências.

<sup>2</sup> Acadêmico do Curso de Nutrição da FTC – Faculdade de Tecnologia e Ciências

<sup>3</sup> Docentes da FTC – Faculdade de Tecnologia e Ciências.

Apresentador do trabalho: Ismael Damascena Barbosa.

**Objetivo:** Analisar os fatores de risco para hipertensão arterial sistêmica em indivíduos assistidos em uma unidade de atenção básica em saúde. **Métodos:** O estudo é do tipo descritivo e quantitativo sendo realizado em uma unidade de atenção básica em Saúde de Poções – Bahia, no período de Maio de 2010. A amostra é formada por 148 indivíduos, sendo 105 (70,9%) do Gênero feminino com média de idade ( $42 \pm 18,7$ ) e 48 (29,1%) do Gênero masculino ( $50 \pm 18,4$ ). Para a coleta de dados referente aos fatores envolvidos utilizou-se um prontuário de atendimento individualizado. Para diagnosticar a obesidade foi utilizado balança do tipo plataforma da marca Filizolla, com precisão de 0.1 kg para peso e 0.1 cm para altura, com variação de 0,1 kg e capacidade de até 150 kg, a partir desses valores calculou-se o índice de massa corporal por meio da equação ( $\text{kg}/\text{m}^2$ ). O sedentarismo foi definido como ausência de prática de atividade física ao menos por 10 minutos contínuos, durante a semana, de acordo com o protocolo de Pitanga (2008). Foi assinado um termo de consentimento Livre e Esclarecido, conforme resolução nº 196/96. **Resultados:** A partir das análise dos dados pode-se inferir que, no gênero Masculino, 46,5% apresentavam História Familiar da Doença, 34,8% fumo, 46,5% Bebida Alcoólica, 74,4% Sedentários e 11,6% Obesidade. Já no gênero feminino, 58,1% apresentavam História Familiar da Doença, 21,9% fumo, 13,3% Bebida Alcoólica, 84,7% Sedentários, 25,7% uso de Anticoncepcional e 23,8% Obesidade. **Conclusão:** Considerando o objetivo do presente estudo de analisar os fatores de risco para Hipertensão Arterial (HA), nos indivíduos, podemos concluir para a presente amostra que, os fatores de risco, estão presente na maioria dos indivíduos, o qual entende-se pela necessidade de mudanças do estilo de vida, no sentido de reforçar a necessidade de estudos e de esclarecimentos à população sobre o impacto dos aspectos modificáveis, por se inserir neste âmbito o estilo de vida, quanto nos aspectos não modificáveis devido ao sinergismo entre fatores de risco sendo um fator crucial na manifestação da doença hipertensiva. **Palavras chave:** Hipertensão arterial sistêmica; Fatores de Risco.

## FATORES DE RISCO RELACIONADOS À SAÚDE EM COLABORADORES DE UMA UNIDADE PRODUTORA DE REFEIÇÕES DE BELÉM-PA

Nutrição e Saúde Pública

ALMEIDA, T. T. G<sup>1</sup>; COSTA, L. C. F<sup>2</sup>.

<sup>1</sup> Discente do Curso de Graduação em Nutrição, Universidade Federal do Pará. Belém, Pará, Brasil.

<sup>2</sup> Docente da Faculdade de Nutrição, Universidade Federal do Pará. Belém, Pará, Brasil.

Autor apresentador: Taianara Tocantins Gomes Almeida

**Objetivo:** Identificar os fatores de risco relacionados à saúde de trabalhadores de uma Unidade Produtora de Refeições (UPR) de Belém –PA. **Metodologia:** O estudo caracteriza-se como transversal, onde foram avaliados todos os colaboradores maiores

de 18 anos da UPR de estudo. Os dados foram coletados através de um questionário, contendo questões referentes a condições demográficas, hábitos de vida (fumo, álcool, atividade física habitual), estado nutricional e práticas alimentares, através do método de frequência alimentar. Para a avaliação do estado nutricional, utilizou-se balança digital da marca Camry®, com capacidade máxima de 150 kg e estadiometro Alturaexata®. Foram considerados os pontos de corte propostos pela OMS (1998). Considerou-se fatores de risco para a saúde as variáveis: tabagismo; consumo excessivo de álcool; excesso de peso, hipertensão arterial; hipercolesterolemia; baixo consumo de frutas e hortaliças e inatividade física, por serem os sete fatores que mais causam mortes e doenças à população, segundo a OMS (2002). **Resultados:** Participaram 21 colaboradores, 43% do sexo feminino (n=9) e 57% masculino (n=12), com média de idade de 34,6 anos. A média de tempo de trabalho na empresa foi de 3,3 anos, e o estado civil foi composto por 81% (n= 17) de solteiros e 19% (n=4) de casados. O estado nutricional segundo o IMC apontou 33,3% (n = 7) de eutrofia, em sua maioria os homens (85%), 43 % (n=9) de sobrepeso, destes, 55% (n=5) do sexo masculino e 44% (n=4) do sexo feminino. e 24% (n=5) em obesidade, sendo 20% (n=1) do sexo masculino e 80% (n=4) do sexo feminino. Dos fatores de riscos investigados, encontrou-se inatividade física em todas as mulheres avaliadas, e nos homens 33% (n=4) não relataram não praticar atividade física. Quanto ao hábito de fumar, 14,3% (n= 3) são fumantes atualmente, sendo a maioria mulheres (66,7%). Os elitistas sociais correspondem a 75% (n=15). Não houve relatos de presença diagnosticada de hipertensão arterial, doença cardiovascular, diabetes e histórico de câncer. Apesar de a avaliação nutricional ter apontado obesidade nenhum colaborador considerou-se obeso. A hipercolesterolemia foi relatada por 14% (n=3), e 24% (n=5) referiram gastrite. A análise do consumo alimentar apontou 71% (n=15) dos colaboradores com consumo de frutas regular, sendo 53% (n=8) homens e 47% (n=7) mulheres, enquanto que 29% (n=6) relataram não consumir frutas rotineiramente. O consumo de hortaliças foi apontado por 90% dos participantes como hábito alimentar regular, e destes, 58% (n=11) do sexo masculino e 42% (n=8) do sexo feminino. **Conclusão:** Os resultados apontam a presença marcante de fatores de risco para doenças crônicas não-transmissíveis. Observa-se que as mulheres em especial, apresentaram maiores riscos, uma vez que a maioria delas se encontrava em sobrepeso/obesidade, em inatividade física e fumante. Um importante ponto a se observar é a falta de informação referente ao estado nutricional, pois apesar de alguns colaboradores se encontrarem em obesidade, nenhum deles se considerou obeso, fato que pode trazer prejuízos à sua saúde, pela falta de cuidados tomados e medidas corretivas. Faz-se necessária a implantação de medidas educacionais na Unidade, com ênfase no equilíbrio alimentar e alimentação saudável, a fim de reeducar nutricionalmente os colaboradores, tornando-os mais saudáveis e dispostos ao trabalho.

## FATORES DE RISCOS ASSOCIADOS À OBESIDADE INFANTIL: UM ESTUDO BIBLIOGRÁFICO

Nutrição e Saúde Pública

Autores: \*SANTOS, J. (Apresentadora); \*COSTA, M.; \*SERRA, R; \*EVANGELISTA, P; \*BATALHA, C; \*\*LIMA, M; \*\*ZAQUEU, L.

\*Graduandas em Nutrição da Faculdade Santa Terezinha – CEST/ São Luís-MA.

\*\* Coordenadora do Curso de Nutrição da Faculdade Santa Terezinha – CEST/São Luís-Ma

\*\*\* Mestranda em Distúrbios do Desenvolvimento da Universidade Presbiteriana Mackenzie-São Paulo/SP.

A obesidade é uma doença complexa que apresenta graves dimensões sociais e psicológicas, afeta praticamente todas as faixas etárias e grupos socioeconômicos (BRASIL, 2006). O aumento da prevalência de sobrepeso e obesidade tem sido considerado um problema de saúde pública (MARTORELL, R. et al., 1998; MEI, Z. et al., 1998). Entre as décadas de 80 e 90, nos Estados Unidos houve aumento da frequência de crianças com sobrepeso (18,6 para 21,6%) e obesidade (8,5 para 10,2%) (MEI, Z. et al., 1998). Enquanto no Brasil o sobrepeso foi detectado em 14,7% e a obesidade, em 4,1% das crianças (MARTORELL, R. et al., 1998), além de ter sido demonstrado aumento dos dois indicadores no período de dez anos em um estudo regional (POST, C. L. et al., 1996). Vários fatores são importantes na gênese da obesidade, como os genéticos, os fisiológicos e os metabólicos, no entanto, as situações ambientais podem diminuir ou aumentar a influência desses fatores (SOTELO, Y, et al., 2004; OLIVEIRA, C. L. et al., 2003). Desse modo, o objetivo do presente trabalho é apresentar e discutir artigos que tratam dos fatores de riscos associados à obesidade infantil. **METODOLOGIA:** A pesquisa dos artigos foi feita por meio de busca na base de dados Scielo, utilizando-se os descritores "Obesidade" and "Infantil", foram encontrados 105 artigos, destes foram selecionados 12 artigos por relevância e com textos completos. **RESULTADOS:** As análises dos artigos demonstram que mudanças no estilo de vida das crianças no que se refere ao brincar e na alimentação como o consumo de refrigerantes e doces, em geral funcionam como co-responsáveis pelo ganho de peso. Assim, algumas pesquisas apontam que tanto a alimentação inadequada como a inatividade física são fatores de risco importantes para o sobrepeso/ obesidade em crianças em idade escolar. **CONCLUSÕES:** O presente estudo buscou compreender e refletir sobre fatores agravantes à saúde das crianças com sobrepeso/obesidade, os riscos de adoecer e as melhores formas de enfrentá-los. Desse modo, no intuito de colaborar futuramente com a adoção de medidas de saúde pública que promovam hábitos saudáveis nas crianças brasileiras no que se refere a melhoria da qualidade de vida desta população. **Palavras-chave:** Fatores de risco, obesidade infantil

#### FATORES QUE AFETAM O ESTADO NUTRICIONAL DO IDOSO

Nutrição e Saúde Pública

Autores: \*SANTOS, J. (Apresentadora); \*COSTA, M.; \*SERRA, R; \*EVANGELISTA, P; \*BATALHA, C; \*\*LIMA, M; \*\*ZAQUEU, L.

\*Graduandas em Nutrição da Faculdade Santa Terezinha – CEST/ São Luís-MA.

\*\* Coordenadora do Curso de Nutrição da Faculdade Santa Terezinha – CEST/São Luís-Ma

\*\*\* Mestranda em Distúrbios do Desenvolvimento da Universidade Presbiteriana Mackenzie-São Paulo/SP.

O envelhecimento, apesar de ser um processo natural, submete o organismo a diversas alterações anatômicas e funcionais, com repercussões nas condições de saúde e nutrição do idoso, tais como: reduções na capacidade funcional, desde a sensibilidade para os gostos primários até os processos metabólicos do organismo. Tem-se registrado envelhecimento mundial das populações (CAMPOS, M. et AL, 2000). O Brasil está passando por um processo de envelhecimento rápido e intenso. Com isso, a proporção de idosos

que em 1980 era menor que 6%, subirá em menos de 50 anos, para 14% devendo o Brasil ocupar o sexto lugar na esfera mundial no ano 2.025, com uma estimativa de 31,8 milhões. Mantendo-se a tendência demográfica atual, o país terá uma das maiores populações de idosos do mundo (CAMPOS, M. et AL, 2000). Este fato gera maior necessidade em aprofundar a compreensão sobre o papel da nutrição na promoção e manutenção da independência e autonomia dos idosos. A avaliação do estado nutricional do idoso é considerada complexa em razão da influência de uma série de fatores, os quais necessitam ser investigados, possibilitando uma intervenção nutricional adequada. Alterações patológicas, processos fisiológicos crônicos e situações individuais que ocorrem com o envelhecimento, geralmente interferem no estado nutricional do indivíduo (SAMPAIO,2004). Desse modo, o objetivo desse trabalho é apresentar e discutir artigos que tratam dos fatores que afetam o estado nutricional do idoso. **METODOLOGIA:** A pesquisa dos artigos foi feita por meio de busca na base de dados Scielo, utilizando-se os descritores "Idoso" and "Nutrição", foram encontrados 51 artigos, destes foram selecionados 4 artigos por relevância e com textos completos. **RESULTADOS:** O presente estudo demonstrou que fatores socioeconômicos, fisiológicos ou até mesmo de ordem familiar estão diretamente relacionados a alta prevalência de baixo peso e obesidade em idosos no Brasil. **CONCLUSÃO:** O presente estudo buscou compreender profundamente os fatores que afetam o estado nutricional do idoso uma vez que, os efeitos de uma alimentação inadequada, tanto de déficit como excesso de nutrientes, contribuem significativamente para uma má nutrição. Logo, torna-se fundamental a adoção de iniciativas que incentivem a população a desenvolver hábitos saudáveis de alimentação, visando no futuro, uma velhice com maior qualidade de vida.

**Palavras chave:** idoso, nutrição.

#### FATORES QUE INFLUENCIAM A ALIMENTAÇÃO DE IDOSOS E ANÁLISE QUALITATIVA DO CARDÁPIO DE INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA EM SÃO LUÍS-MA.

Nutrição e Saúde Pública

Machado, R. C. R<sup>1\*</sup>; Castro, L. S.<sup>1</sup>; Teixeira A. F.<sup>1</sup>; Viana B. M.<sup>1</sup>; Viana N. F.<sup>1</sup>; Berniz P. J. <sup>2</sup>

Universidade Federal do Maranhão / São Luís / Brasil

<sup>1</sup> Graduandas do curso de Nutrição – UFMA.

<sup>2</sup> Professor MsC. adjunto IV da Universidade Federal do Maranhão, orientador.

\* Autor apresentador: Rayanna Carla Ribeiro Machado.

**Objetivos:** Avaliar fatores que influenciam a alimentação dos idosos de um Instituto de Longa Permanência, bem como, realizar análise da qualidade do cardápio ofertado aos mesmos. **Metodologia:** Trabalho de caráter transversal, desenvolvido em um Instituto de Longa Permanência do Idoso, localizado em São Luís-MA, onde após o consentimento livre e esclarecido da direção, realizou-se uma entrevista com a diretoria e a nutricionista do estabelecimento, para obter informações sobre a saúde e a alimentação dos idosos, a organização funcional do local e os recursos utilizados para manutenção da entidade. Para avaliação qualitativa do cardápio, utilizou-se como referência às recomendações da Pirâmide Alimentar Recomendada para Idosos. **Resultados:** Verificou-se atendimento a 27 idosos, 14 homens e 13 mulheres, com média de idade entre 70 e 102 anos. O tipo de recurso utilizado provém do recebimento de apoio financeiro do governo estadual e contribuição das

aposentadorias dos idosos. O quadro de funcionários conta com profissionais da saúde (médico, nutricionista, fisioterapeuta, terapeuta ocupacional, enfermeiros) e voluntários. As patologias mais frequentes nos idosos foram diabetes, hipertensão arterial e dificuldades na mastigação, devido perda da dentição. Com relação à qualidade do cardápio, identificou-se oferta de seis refeições diárias, observou-se uma oferta hídrica apropriada. Quanto ao fornecimento de alimentos do grupo dos pães, massas e cereais, constatou-se adequação (entre 6 e 11 porções), no grupo dos vegetais e no das frutas, o porcionamento está apropriado, sendo servidas 3 porções e entre 2 e 4 porções, respectivamente. No grupo de leites e derivados, a oferta está de acordo com o indicado, sendo estes, com teor reduzido de gordura. Os alimentos do grupo das carnes, ovos e grãos também estão em conformidade com o preconizado, e observou-se ainda, moderação no consumo de gorduras, óleos e doces, além de alterações na consistência da dieta, de acordo com a capacidade mastigatória. **Conclusões:** A configuração do cardápio está em conformidade com o que é preconizado, destacando-se a importância de uma alimentação adequada que, em combinação com a assistência multidisciplinar também verificada, contribui para o aumento da expectativa de vida com qualidade e atua como fator de prevenção e controle de doenças decorrentes do envelhecimento.

**Palavras-chave:** idosos institucionalizados; assistência multidisciplinar; qualidade e alimentação.

#### FATORES RELACIONADOS AO EXCESSO DE PESO EM MULHERES NO PERÍODO MENOPAUSAL DE PETRÓPOLIS - RJ.

Nutrição clínica

Lima, J; Olichon, B; Lopes, TS.

Faculdade Arthur de Sá Earp.

Brasil, Petrópolis – Rio de Janeiro.

Autor apresentador: Juliana Paschoal de A. Lima.

O presente estudo tem objetivo de avaliar a frequência de excesso de peso em mulheres no período menopausal, segundo o uso de terapia de reposição hormonal (TRH) e seus fatores relacionados. Trata-se de estudo seccional, com coleta de dados secundários a partir de prontuários, realizada durante o mês de setembro de 2009. Foram incluídas no estudo mulheres com mais de 45 anos de idade, menopausadas, atendidas durante o ano de 2008 pelo serviço de nutrição de um ambulatório escola do município de Petrópolis - RJ. Os dados foram digitados no software EPI-Data e analisados no SPSS v. 13.0. As variáveis estudadas foram categorizadas como a seguir: estado nutricional (eutrofia; excesso de peso), renda (> 2 salários mínimos; d"2 salários mínimos), motivo de não menstruar (menopausa natural; cirurgia para retirada de útero ou ovário (histerectomia)), uso de TRH (usa atualmente; nunca usou ou já usou e parou), escolaridade (analfabeta e ensino fundamental incompleto; ensino fundamental completo, médio e superior). Para as variáveis numéricas (paridade, número de abortos, idade da menarca e idade da menopausa) foram estimadas as médias e seus respectivos intervalos de confiança de 95%. Posteriormente, para a análise bivariada, estas variáveis foram categorizadas segundo a mediana. Para estimar a relação entre a variável dependente (estado nutricional) e as variáveis independentes utilizou-se o teste do qui-quadrado, considerando significância estatística no nível de 5%. Foram estudadas 80 mulheres, das quais 78% apresentavam excesso de peso, 62% eram brancas, 49% casadas, 73% tinham menos de oito anos de estudo e 80% ganhavam

até um salário mínimo. Não foi encontrada associação estatisticamente significativa entre o uso de terapia de reposição hormonal e o excesso de peso. Mulheres que entraram na menopausa com menos de 48 anos de idade, tinham prevalência mais elevada de excesso de peso ( $\div 2 = 11$ ; valor de  $p = 0,001$ ). O presente estudo revelou elevada prevalência de excesso de peso em mulheres na menopausa, o que pode acarretar, no maior risco de complicações metabólicas e doenças crônicas relacionadas à obesidade. Neste estudo não foi verificada associação entre terapia de reposição hormonal e excesso de peso. Entretanto observou-se que a idade em que ocorreu a menopausa é um importante fator relacionado ao excesso de peso, o que corrobora com os esforços para o cuidado nutricional intenso nessa fase da vida.

#### FATORES SÓCIO-DEMOGRÁFICOS VERSUS ANTROPOMETRIA DE HIPERTENSOS ATENDIDOS EM UMA UNIDADE DE SAÚDE DA FAMÍLIA DE CARUARU-PE

Nutrição e Saúde Pública

SILVA, Roxana Patrícia Bezerra; BEZERRA, Raphaella Kathiane; SILVA, Regina Katuska Bezerra; ARRUDA, Marcella Moreira.

INSTITUIÇÃO – Secretaria de Saúde do município de Caruaru – Pernambuco/Brasil.

**Objetivo:** Identificar a associação entre fatores sócio-demográficos e antropometria de hipertensos atendidos em uma unidade de saúde da família do município de Caruaru. **Métodos:** Trata-se de um estudo transversal analítico, realizado no período de março a maio de 2010. Foram avaliados peso, altura e Índice de Massa Corporal (IMC), classificados com excesso de peso os adultos que apresentavam IMC e" 25 kg/m<sup>2</sup> (Organização Mundial de Saúde, 1997) e os idosos com IMC e" 27 kg/m<sup>2</sup> (Lipschitz, 1994). A obesidade abdominal foi diagnosticada por meio da Circunferência da Cintura (CC), seguindo os parâmetros da Organização Mundial de Saúde (e" 94 cm para homens e e" 80 cm para mulheres). Os indicadores sócio-demográficos como escolaridade e raça foram obtidos por meio dos prontuários. A escolaridade foi categorizada como < 4 (baixo nível) ou e" 4 anos de estudo e a raça foi estabelecida de acordo com os critérios preconizados pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (2000). A pesquisa da associação entre variáveis categóricas nominais foi realizada através do teste do qui-quadrado (c<sup>2</sup>), resultando na determinação dos percentuais (%), Razão de Prevalência (RP) e respectivo Intervalo de Confiança de 95%. O nível de significância estatístico adotado foi de 5%. **Resultados:** Foram avaliados 163 indivíduos, com idade média de 58,6 anos (DP  $\pm$  13,5). A média do IMC encontrada foi de 29,1 kg/m<sup>2</sup> (DP  $\pm$  5,0), onde 30,1% (IC<sub>95%</sub> 23,1-37,7) apresentaram sobrepeso e 41,1% (IC<sub>95%</sub> 33,4-49,0) obesidade. Observou-se que 59,5% (IC<sub>95%</sub> 51,6-67,1) apresentaram baixo nível de escolaridade e 62,6% (IC<sub>95%</sub> 54,7-70,0) foram classificados como brancos. Não foi identificada associação entre o IMC e escolaridade (RP=1,07; IC<sub>95%</sub> 0,88-1,32), da mesma forma entre IMC e raça (RP=0,91; IC<sub>95%</sub> 0,75-1,11; p=0,45). Somente a relação entre CC e escolaridade foi verificada diferença estatística significativa (RP 1,23; IC<sub>95%</sub> 1,01-1,51; p=0,01) **Conclusão:** O baixo nível de escolaridade foi considerado fator de risco para o desenvolvimento de obesidade abdominal, porém não sendo observada essa influência com relação ao excesso de peso, podendo ser que a população em questão esteja exposta ao fenômeno de transição nutricional.

**Palavras-chave:** Fatores sócio-demográficos, antropometria, hipertensos, adultos, idosos.

## FONTES DE REFERÊNCIAS E CRENÇAS QUE INFLUENCIAM AS DECISÕES MATERNAS ACERCA DA ALIMENTAÇÃO COMPLEMENTAR

Nutrição e Saúde Pública

CORREIA, M.H.S.; BACHION, M.M.; MEDEIROS, M.; MENEZES, I.H.C.F. FACULDADE DE NUTRIÇÃO/UNIVERSIDADE FEDERAL DE GOIÁS – GOIÂNIA/GO – BRASIL

APRESENTAÇÃO DO TRABALHO: CORREIA, M. H. S.

As atitudes em relação à comida são aprendidas cedo, sendo estabelecidas por adultos com os quais mantemos relações de afetividade. Entretanto, apesar do processo de aprendizagem ser semelhante nas diversas culturas, as preferências e os estilos de controle de ingestão dos alimentos apresentam diferenças, devido às práticas alimentares decorrente da disponibilidade de alimentos, crenças/tabus e contexto social do ato de alimentar-se. Os conceitos transmitidos pelos meios de comunicação, tradições, escola, família e outras fontes influenciam no processo de tomada de decisões. Além disso, num mesmo contexto social, existe diversidade de idéias sobre um mesmo assunto, que muitas vezes tornam-se contraditórias. Na alimentação infantil brasileira, observa-se que alimentos regionais de alto valor nutritivo, disponíveis e utilizados pela família não são dados às crianças no primeiro ano de vida, devido a crenças/tabus. Assim, propôs-se este estudo, objetivando identificar as pessoas e as crenças que influenciam as práticas maternas relacionadas à alimentação complementar e qual a dimensão ocupada pelo discurso dos profissionais de saúde Pesquisa descritiva e exploratória de abordagem qualitativa, desenvolvida com quinze mães de baixo poder aquisitivo com filhos na faixa etária de seis a doze meses, com parto realizado em Hospital Amigo da Criança e cadastro em equipe da Estratégia Saúde da Família. Para a entrevista foi elaborado um roteiro semiestruturado. A pesquisa foi aprovada por Comitê de Ética em Pesquisa. A análise dos dados compreendeu duas etapas. Inicialmente os dados foram analisados pela técnica de análise de conteúdo, de onde emergiram as categorias: Família, Profissionais da Saúde, A própria mãe, Fonte indefinida e Mídia. A seguir, realizou-se a análise das crenças segundo modelo de Rokeach que as classifica em cinco categorias: Tipo A ou primitivas de consenso 100% (mais centrais e aprendidas pelo encontro direto com o objeto da crença); Tipo B ou primitivas de consenso zero (incontrovertíveis, envolvem a existência e auto-identidade e independem de ser compartilhada); Tipo C ou de autoridade (não-primitivas, relevantes, resistentes, menos importante e mais fácil de mudar que as A e B); Tipo D ou derivadas (ideológicas, originárias de instituições religiosas/políticas e derivadas de segunda mão) e Tipo E ou inconsequentes (representam questões de gosto e se mudadas, trazem pouca ou nenhuma implicação para as crenças que envolvem a autoestima). Dentre as mães, nove eram primíparas, seis múltiparas, 11 tinham o 2º grau completo ou incompleto, 12 eram casadas ou viviam em união consensual, 13 eram donas de casa, das quais, cinco aliavam tarefas domésticas com atividades informais. Apenas duas mães possuíam trabalho formal. Com exceção de uma, todas apresentavam renda familiar d" 1salário mínimo, com renda per capita entre 20 a 40 reais. A idade das mães variou de 16 a 44 anos. Quanto às crianças, 60% eram do sexo feminino. A faixa etária variou de 6-12 meses: 33,33% (6 meses), 13,33% (7 meses), 20% (8 meses), 6,66% (9 meses), 13,33% (10 meses) e 13,33% (12 meses). A alimentação é um tema que transita entre o saber científico e o popular, com informações provenientes de diversas fontes. Depreendemos das falas que, muitas vezes, não se pode saber qual a fonte de informação, o que pode significar que foi uma

combinação delas. Para a mãe acatar a informação é preciso que esteja coerente com suas convicções, independente da fonte de informação. Assim, no confronto entre as crenças primitivas e as de autoridade, originárias das experiências de suas mães/avós ou do conhecimento científico do médico, as escolhas se fundamentam nos seus próprios sentimentos. Houve predomínio de crenças centrais, Tipo A (consenso 100%) e Tipo B (consenso zero), que precisam ser conhecidas pelos profissionais de saúde para que sejam consideradas no planejamento das ações de educação em saúde. A composição do sistema de crenças revela que as crenças maternas têm papel primordial nas escolhas e nas práticas que norteiam a introdução da alimentação complementar, pois derivam do encontro com o objeto, por meio das experiências particulares de cada mãe e de fontes confiáveis que a mãe tem como autoridade. As fontes de informação são variadas e cada uma contribui para a construção do referencial das crenças. A mãe é a peça fundamental que determina as escolhas. O sistema de crenças é complexo e as novas crenças devem ser compatíveis com as existentes, caso contrário, será gerada tensão, resultando na recusa da nova crença ou na repadronização do sistema de crenças. A realidade evidencia a necessidade de maior acompanhamento materno pelos profissionais de saúde na fase de introdução da alimentação complementar, para valorizar os aspectos positivos e tentar discutir as práticas que precisam ser revisadas.

Palavras-chaves: nutrição do lactente, cultura, comportamento materno

## FREQUÊNCIA DE CONSUMO ALIMENTAR ENTRE IDOSOS ATENDIDOS POR UM PLANO DE SAÚDE EM SÃO LUIS-MARANHAO

Nutrição e Saúde Pública

REIS, M.1; LUNA, L.1; MOREIRA, P.1; MACHADO, S.2

1. Acadêmica do curso de Nutrição – Universidade Federal do Maranhão- UFMA

2. Professora MSc. – Universidade Federal do Maranhão- UFMA Universidade Federal do Maranhão – UFMA. São Luis - Brasil  
Autora apresentadora do trabalho: Marília Gabriella dos Reis

**Objetivo:** Avaliar a frequência de consumo alimentar de idosos atendidos por um Plano de Saúde em São Luis, Maranhão.

**Metodologia:** Este estudo, de delineamento transversal, foi realizado em um consultório particular que atende a conveniados de um Plano de Saúde na cidade de São Luís, MA. Foram entrevistados aqueles idosos (e" 60 anos de idade), de ambos os sexos, assistidos pela instituição nos meses de junho e julho de 2010, que concordaram em participar da pesquisa, mediante assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido. Os participantes responderam um questionário contendo dados sócio-demográficos e um questionário de frequência de consumo alimentar, elaborado pelo Ministério da Saúde. **Resultados:** A idade média dos pacientes que participaram do estudo foi de 72,92 anos, variando entre 60 e 92 anos, sendo 74,24% (49) dos entrevistados do sexo feminino e 25,76% (17) do sexo masculino. Quase um terço da amostra (31,81%) prepara sozinha sua própria refeição. Com relação à frequência de consumo de salada crua, apenas 18,18% dos idosos referiram consumir diariamente, valor equivalente ao daqueles que não faziam uso nem um dia por semana (18,18%). Considerando os legumes cozidos, o percentual de indivíduos que consumiam tais alimentos diariamente foi ainda menor (9,09%) e 16,67% não

relataram ter consumido na última semana. O consumo diário de frutas apareceu em 78,79% do grupo. Menos da metade dos pacientes (40,91%) apresentaram frequência do consumo do feijão maior ou igual à cinco dias por semana. O consumo de leites e derivados se mostrou satisfatório, pois o percentual de idosos que relataram consumir tais alimentos diariamente foi de 83,33%, enquanto apenas 7,58% afirmaram não ter consumido na última semana. Quanto ao consumo de salgados fritos e embutidos, observou-se que 97% e 89% da amostra, respectivamente, consumiram no máximo dois dias semanais. O consumo de refrigerantes, biscoitos salgados/salgadinhos de pacote e biscoitos doces apareceu na frequência de mais de dois dias por semana em 8%, 52% e 30%, respectivamente entre os idosos estudados.

**Conclusão:** O grupo estudado foi caracterizado por baixa frequência de consumo de hortaliças (salada crua e legumes cozidos) e de leguminosas (feijão). O consumo de leites e derivados apresentou-se satisfatório. Apesar do instrumento utilizado para a coleta de dados não considerar a quantidade consumida, os relatos sobre a frequência de consumo sugerem para o grupo uma dieta deficiente em fibras, vitaminas e minerais, colocando o grupo como importante alvo de medidas educativas com vistas a promover práticas alimentares saudáveis e contribuir para a melhora da qualidade de desse grupo de idosos.

#### FREQUÊNCIA DE CONSUMO DAS REFEIÇÕES PRINCIPAIS DIÁRIAS: EM ESTUDANTES DO CURSO DE NUTRIÇÃO DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO – UFMA

Nutrição e Saúde Pública

ROCHA, N P<sup>1</sup>; MACHADO, A T S<sup>1</sup>; CAVALCANTE, L P<sup>1</sup>; PADILHA, LL<sup>1</sup>; CANTANHEDE, RCA<sup>1</sup>; SANTOS, SJL<sup>1</sup>; MACHADO, SP<sup>2</sup>

1. Acadêmica do Curso de Nutrição da Universidade Federal do Maranhão

2. Professora Assistente da Universidade Federal do Maranhão Universidade Federal do Maranhão- UFMA, São Luís-MA

Apresentador: Naruna Pereira Rocha

**Objetivo:** Avaliar a frequência de consumo das refeições principais diárias em estudantes de nutrição da Universidade Federal do Maranhão. **Métodos:** Foi realizado um estudo transversal com análise descritiva, envolvendo 28 indivíduos de ambos os sexos, com idade entre 17 e 26 anos, matriculados no curso de Nutrição da Universidade Federal do Maranhão durante o ano de 2010. Foram estudados os estudantes de nutrição que frequentaram as aulas no período da coleta de dados e que aceitaram participar do estudo, mediante a assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido. Para a coleta de dados foi desenvolvido um questionário composto por perguntas sobre o consumo das refeições principais diárias. A análise dos dados obtidos foi realizada através do cálculo de porcentagens. **Resultados:** Quanto ao desjejum, 85,7% realizavam essa refeição todos os dias, 3,6% afirmaram realizar essa refeição de 1 a 3 dias por semana, 10,7% de 3 a 5 dias/semana e não houve relato de ausência da refeição. Em relação ao almoço 92,9% afirmaram a presença desta refeição diariamente, 7,1% deixam de almoçar mais que 2 vezes durante a semana. O jantar apareceu como prática diária de 71,4% dos entrevistados, 14,3% apresentam o hábito de realizar esta refeição de 2 a 4 vezes por semana, 10,7% jantam de 1 a 2 dias por semana e 3,6% afirmaram a ausência semanal dessa refeição **Conclusão:** Por se tratar das três refeições principais, que devem ser consumidas diariamente por toda a

população, pôde-se observar resultados insatisfatórios quanto ao consumo do desjejum, almoço e jantar por parte dos estudantes de nutrição da Universidade Federal do Maranhão, visto que ainda há casos de ausência destas refeições por parte dos entrevistados.

#### FREQUÊNCIA DE OBESIDADE ABDOMINAL EM HIPERTENSOS DE UMA UNIDADE DE SAÚDE DA FAMÍLIA DO MUNICÍPIO DE CARUARU – PE.

Nutrição e Saúde Pública

BEZERRA, *Raphaella Kathiane*; SILVA, Roxana Patrícia Bezerra; SILVA, Regina Katiuska Bezerra; ARRUDA, Marcella Moreira.

**INSTITUIÇÃO** – Secretaria de Saúde do município de Caruaru – Pernambuco/Brasil.

**Objetivo:** Investigar a frequência de obesidade abdominal em hipertensos de uma unidade de saúde da família do município de Caruaru. **Metodologia:** Trata-se de um estudo transversal analítico, realizado no período de junho a julho de 2010. A obesidade abdominal foi diagnosticada por meio da Circunferência da Cintura (CC), seguindo os parâmetros da Organização Mundial de Saúde (e" 94 cm para homens e e" 80 cm para mulheres). A pesquisa da associação entre variáveis categóricas nominais foi realizada através do teste do qui-quadrado ( $\chi^2$ ), resultando na determinação dos percentuais (%), Razão de Prevalência (RP) e respectivo Intervalo de Confiança de 95%. O nível de significância estatístico adotado foi de 5%. **Resultados:** Foram avaliados 125 hipertensos, com idade média de 59,3 anos (DP  $\pm$  13,1). Obesidade abdominal foi identificada em 62/64 (96,9%) dos adultos (IC<sub>95%</sub>: 89,2–99,6) e em 56/61 (91,8%) dos idosos (IC<sub>95%</sub>: 81,9–97,3). Na análise da amostra total, observou-se associação altamente significativa entre obesidade abdominal e sexo, estando as mulheres mais expostas ao desfecho (RP = 1,17; IC<sub>95%</sub>: 1,02-1,34; p = 0,005). **Conclusão:** Os resultados revelam uma elevada prevalência de obesidade abdominal, especialmente no grupo de hipertensos do sexo feminino e, conseqüentemente, um maior risco de desenvolver doenças cardiovasculares. Desta forma, torna-se necessária a implantação de estratégias no âmbito da saúde pública para minimizar os agravos à saúde da população.

**Palavras-chave:** Obesidade abdominal, Hipertensos, adultos, idosos.

#### GENOTOXICIDADE INDUZIDA PELA DIETA HIPERLIPÍDICA E CHÁ VERDE EM MÚLTIPLOS ÓRGÃOS DE RATOS WISTAR.

Nutrição Clínica

Moraes, B. M.; Pasquini, G.; Aguiar, O.; Gollücke, A. P. B.; Carlin, V.; Fracalossi, A. C. C.; Miki Ihara, S. S.; Tenorio, N. M.; Andersen, M. L.; Ribeiro, D. A.

Universidade Federal de São Paulo – *Campus* Baixada Santista

Autor: Barbara Bueno de Moraes

O objetivo do presente estudo foi avaliar o potencial quimioprotetor do chá-verde (*Camelia sinensis*) perante as atividades nocivas exercidas pela dieta hiperlipídica em sangue periférico e fígado, tendo como parâmetros análise histopatológica, lesões genéticas e imunistoquímica para COX-2. Para isso, 20 ratos machos Wistar foram distribuídos em 4 grupos: Grupo 1: dieta convencional; Grupo

2: dieta enriquecida com colesterol à 1% tratado durante 5 semanas; Grupo 3: dieta enriquecida com colesterol à 1% e tratado com chá verde durante 5 semanas para ambos os agentes químicos e; Grupo 4: dieta enriquecida com colesterol à 1% durante cinco semanas e tratado com chá verde na última semana. Os resultados demonstraram que o chá verde foi capaz de reduzir a gravidade das lesões hepáticas induzidas pela dieta hiperlipídica, independente do tempo tratamento adotado. Além disso, a exposição ao chá verde protegeu contra os danos oxidativos no DNA induzidos pelo estado de hipercolesterolemia tanto em células de sangue periférico como hepáticas, em ambos períodos de exposição. Uma redução na expressão de COX-2 foi verificada no tecido hepático nos animais tratados com chá verde. Em suma, nossos resultados sugerem que a administração sub-crônica do chá verde, mesmo em curtos intervalos de tempo, previne contra lesões hepáticas induzidas pela dieta hiperlipídica por meio da modulação da resposta inflamatória, assim como bloqueia danos oxidativos no DNA em sangue periférico e fígado de ratos.

#### HÁBITO ALIMENTAR DE ESCOLARES PERTENCENTES A UMA ESCOLA MUNICIPAL DE VITÓRIA DA CONQUISTA – BA.

Nutrição e Saúde Pública

LEBRÃO, Renata Lacerda<sup>1</sup>; D'ANTONIO, Fábio Marinho<sup>2</sup>; PEREIRA, Larissa Lyra<sup>1</sup>; MARTINS, Rejane de Oliveira<sup>1</sup>; SANTOS, Ana Paula Barros de Araujo<sup>1</sup>; ABREU, Diane Gusmão<sup>1</sup>; MELO, Juliana Buery de<sup>1</sup>; PEREIRA, Marbele Barboza<sup>1</sup>.

<sup>1</sup>Acadêmicos do Curso de Nutrição – Faculdade de Tecnologia e Ciências.

<sup>2</sup> Docentes da FTC – Faculdade de Tecnologia e Ciências.

Apresentador do trabalho: Larissa Lyra Barbosa.

**Objetivo:** Verificar os hábitos Alimentares de escolares pertencentes a uma escola municipal de Vitória da Conquista – BA. **Metodologia:** Trata-se de um estudo descritivo, quantitativo, de corte transversal, realizado em uma escola Municipal de Vitória da Conquista - BA, no período de Agosto de 2010. A amostra é formada por 210 indivíduos de ambos os gêneros sendo 99 (47,2%) do gênero feminino com média de idade ( $13 \pm 2,3$ ) e 111 (52,8%) do gênero masculino com média de idade ( $12 \pm 2,6$ ). Para a coleta de dados, foi utilizado um questionário estruturado. **Resultados:** A partir dos dados analisados, observa-se que, 79,5% comiam antes de vir à escola e 20,5% não. 18,57% traziam o próprio lanche para a escola e 81,42% não. 58,09% consomem a merenda fornecida pela escola e 41,91% não. 46,66% consomem outro alimento quando a escola não fornece a merenda e 53,34 não. 39,04% consomem frutas diariamente, 47,62% semanalmente, 13,34% mensalmente. 40,95% consomem verduras e legumes diariamente, 46,66% semanalmente, 12,39% mensalmente. 52,38% consomem refrigerantes e guloseimas diariamente, 39,52% semanalmente, 8,10% mensalmente. 76,66% adquirem merenda em algum ponto de venda e 23,34% não. **Conclusão:** Em virtude dos dados apresentados pode-se concluir que, um grande número de escolares consome algum tipo de carboidrato simples em suas refeições. Sendo assim, esses resultados inferem a presença de estratégias capazes de modificar tais hábitos como passo importante para a melhoria da qualidade de vida.

**Palavras chave:** Hábito Alimentar, Escolares.

#### HÁBITO E COMPREENSÃO DE LEITURA DE RÓTULOS ALIMENTÍCIOS POR ALUNOS DA UNITI EM SÃO LUÍS- MA

Nutrição e Saúde Pública

SOUZA, A.T.L. <sup>1</sup>; LUNA, L.M. <sup>1</sup>; ROCHA, N.P. <sup>1</sup>; CANTANHEDE, R.C.A. <sup>1</sup>; MACHADO, A.T.S. <sup>1</sup>;

MACHADO, S. P. <sup>2</sup>

1. Acadêmica do Curso de Nutrição da Universidade Federal do Maranhão

2. Professora Assistente da Universidade Federal do Maranhão Universidade Federal do Maranhão- UFMA, São Luís-MA

Apresentador: Ângela Tâmara Lemos Souza

**Objetivo:** Investigar o hábito de leitura e a compreensão de rótulos em alunos matriculados na Universidade Integrada da Terceira Idade - UNITI da Universidade Federal do Maranhão, São Luís- Ma. **Metodologia:** O estudo foi do tipo transversal descritivo, envolvendo 20 indivíduos de ambos os sexos, matriculados no primeiro semestre de 2010 na Universidade Integrada da Terceira Idade – UNITI em São Luís – MA. Foi sorteada uma das três salas da UNITI para compor a amostra do estudo. Aqueles que concordaram em participar assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido. Para a coleta de dados foi utilizado um questionário contendo dados sócio-econômicos e aspectos relacionados à leitura e compreensão de rótulos de alimentos. Os dados foram apresentados em frequências simples e percentuais (variáveis qualitativas), e médias (variáveis quantitativas). **Resultados:** A idade média do grupo foi 65,5 anos, e predominou o sexo feminino (80%). Quanto à renda familiar mensal, quase a metade do grupo (45%), apresentou valores entre 3 e 4 salários mínimos. Com relação à leitura de rótulos dos alimentos, 60% dos entrevistados têm o hábito de ler rótulos dos produtos alimentícios. Dentro do grupo dos que lêem a maior parte (55%) não entende as informações contidas nos rótulos. As principais informações consultadas no rótulo são prazo de validade, classificação diet e light, teor de sódio, gorduras totais e gorduras trans. **Conclusão:** Apesar da literatura apontar os idosos como um grupo populacional com elevada prevalência de doenças não transmissíveis e, portanto, com maior necessidade de monitorar a ingestão de alimentos ricos em nutrientes associados com o desenvolvimento e complicações dessas afecções, no grupo estudado, ainda foi insuficiente a proporção de idosos que relataram o hábito de ler os rótulos dos alimentos. Soma-se a isto o fato de que muitos relataram dificuldade no entendimento das informações. Desta forma, percebe-se a importância de ações educativas com o grupo para sensibilizar sobre a necessidade de leitura dos rótulos para que se conheça a composição dos alimentos e possa fazer as escolhas adequadas. Além disso, cabe alertar aos órgãos de fiscalização para terem uma atenção maior na clareza das informações fornecidas.

#### HIPERFOSFATEMIA EM PACIENTES RENAIIS CRÔNICOS EM HEMODIÁLISE

Nutrição Clínica

PAIVA, Thamires de Andrade; SILVA, Regina Katuska Bezerra; SILVA, Roxana Patrícia Bezerra; BEZERRA, Raphaela Kathiane; FERNANDES, Taciana Fernanda dos Santos.

**Instituição:** Clínica Nefrológica de Caruaru LTDA (SOS rim), Caruaru-Pernambuco, Brasil.

**Objetivo:** Avaliar a hiperfosfatemia nos pacientes renais crônicos. **Métodos:** Trata-se de um estudo transversal analítico, realizado no período de junho a julho de 2010. Participaram da pesquisa os indivíduos com Doença Renal Crônica em tratamento hemodialítico há pelo menos três meses. Níveis séricos de uréia, fósforo, PTH e valores de Kt/V foram obtidos por meio de prontuários. A ingestão de fósforo foi estimada pelo registro alimentar de três dias. Para análise de correlação, utilizou-se o teste de Pearson. Calcularam-se média, desvio padrão e teste do qui-quadrado ( $\chi^2$ ). A significância estatística foi considerada para valores de  $p < 0,05$ . **Resultados:** Estudo envolveu 50 indivíduos, sendo 58% do sexo masculino. A idade média foi de 46,6 anos ( $DP \pm 15,22$ ). A média do PTH foi de 343,7 pg/mL ( $DP \pm 429,2$ ) e o Kt/V médio ( $1,2 \pm 0,23$ ) indicou uma diálise adequada. Níveis séricos de fósforo encontraram-se elevados em 66% dos pacientes ( $5,49 \pm 1,71$  mg/dL), e esteve relacionado ao PTH ( $R=0,10$ ;  $p=0,04$ ), uréia ( $R=0,38$ ;  $p=0,52$ ) e inversamente relacionado ao Kt/V ( $R= - 0,25$ ;  $p=0,01$ ). Por outro lado, a média de ingestão de fósforo esteve dentro da normalidade ( $908,8 \pm 411,4$  mg/dia). **Conclusão:** A hiperfosfatemia não se relacionou quando o Kt/V esteve abaixo do recomendado. Desta forma, o hiperparatireoidismo secundário pode ter influenciado no aumento dos níveis séricos de fósforo em alguns pacientes. A intervenção nutricional é fundamental para auxiliar na prevenção de sintomas urêmicos.

**Palavras-chave:** Hiperfosfatemia. Insuficiência Renal Crônica. Hiperparatireoidismo Secundário.

## HIPERTENSÃO ARTERIAL - O TRATAMENTO NA PERCEPÇÃO DO PACIENTE

Saúde Pública

Associação Educacional Luterana Bom Jesus IELUSC - Joinville - SC - Brasil

DUARTE, TMDS; SCHOTT, E.; LIMA, TDF.

Apresentação do trabalho: Talita Direziansdy Fontany Lima

**OBJETIVO:** Descrever aspectos do conhecimento sobre a Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) em usuários atendidos em uma Unidade Básica de Saúde (UBS), no município de Joinville - SC.

**METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo descritivo transversal, cuja amostra foi composta por indivíduos adultos, frequentadores da UBS, com idade igual ou superior a 18 anos, de ambos os sexos, diagnosticados com HAS e que iniciaram o acompanhamento nutricional durante os meses de junho e julho de 2010. A coleta de dados foi realizada antes da primeira consulta de nutrição, seguindo roteiro estabelecido por questionário adaptado de PIERIN *et al.*, (2001), organizado para cumprir três objetivos: caracterizar a população da amostra, determinar o conhecimento dos participantes em relação à patologia e seu tratamento e avaliar a adesão em relação ao tratamento não medicamentoso. Dados antropométricos (peso e estatura) e a medida da pressão arterial foram coletados através da análise do prontuário dos pacientes. Os dados foram computados em planilha, através do programa Software Microsoft Excel, (1998) e as variáveis investigadas foram submetidas à análise descritiva.

**RESULTADOS E DISCUSSÕES:** Dos indivíduos entrevistados 28% eram idosos e 72% adultos, 71% representavam o sexo feminino e 29% o sexo masculino. Observou-se que embora todos os participantes fizessem uso de tratamento medicamentoso, 76%

apresentavam níveis de pressão arterial alterados. Todos os entrevistados negaram o uso de cigarro e apenas 14% relataram ingerir bebida alcoólica. Em relação à atividade física, 81% dos entrevistados afirmaram que o exercício físico contribui para o controle da pressão arterial, mas apenas 52% disseram praticar. Em relação à terapia nutricional, embora 71% dos participantes desconhecêssem a relação entre o sódio e a hipertensão arterial, grande parcela da população estudada tinha conhecimento sobre os alimentos que deviam evitar. Também observou-se que 62% faziam uso de algum alimento para controle dos níveis de pressão arterial. No presente estudo, constatou-se que o preço foi o fator determinante na compra de alimentos, representando a opinião de 57% dos entrevistados, sendo a orientação médica citada por apenas 10% dos entrevistados.

**CONSIDERAÇÕES FINAIS:** Estima-se que a população estudada tem pouco conhecimento a respeito da origem da doença hipertensiva e que este fato pode expressar tanto o desinteresse do paciente em relação à doença, quanto à atenção fornecida pelos profissionais da saúde em relação ao tratamento. Foi possível observar o conhecimento dos participantes em relação à terapia não-medicamentosa da hipertensão. No entanto, acredita-se que ainda exista uma lacuna entre o conhecimento adquirido e a prática. A falta de hábito na leitura do rótulo alimentar deve ser investigada em pacientes hipertensos, visto que a educação em relação a ingestão de sódio deve ser tão incentivada quanto o controle da glicose pelo diabético. Deste modo percebe-se a necessidade de uma atenção especial a população hipertensa, visto que se trata de uma patologia de manifestação silenciosa e que com frequência pela falta de sintomas ou ausência de informação em relação as suas conseqüências é ignorada pelo portador. Abordagens direcionadas a importância do tratamento não-medicamentoso e educação nutricional para autonomia no tratamento podem contribuir para qualidade de vida deste paciente.

## HIPERTENSÃO ARTERIAL E ADEQUAÇÃO DA INGESTÃO DE SÓDIO DE ADULTOS E IDOSOS ATENDIDOS EM AMBULATÓRIO DE NUTRIÇÃO DO VALE DO PARAÍBA

Nutrição e Saúde Pública

Autores: Novaes ADV, Pilan T\*, Ferreira LS

Instituição: Universidade de Taubaté

Local: Taubaté, SP, Brasil

\* Autora responsável pela apresentação do trabalho

**Objetivo:** Verificar a prevalência de hipertensão arterial (HA) e de adequação da ingestão dietética de sódio em adultos e idosos.

**Métodos:** Estudo transversal, com uso de dados secundários, realizado em uma ambulatório de nutrição do Vale do Paraíba. Foram analisados prontuários de todos os pacientes ( $N = 526$ ), e<sup>18</sup> anos, atendidos no período de março de 2007 a junho de 2010. A HA foi autorreferida pelos pacientes durante consulta nutricional. Quando a presença da doença não havia sido registrada no prontuário, mas havia referência ao uso de medicamentos anti-hipertensivos, considerou-se a presença da doença. A identificação da ingestão dietética de sódio baseou-se em um dia alimentar habitual do paciente e sua adequação foi avaliada adotando-se a recomendação de ingestão dietética de sódio para adultos da Organização Mundial da Saúde ( $< 2g/dia$ ). As variáveis sexo, idade, escolaridade, antecedentes familiares de HA, tabagismo e presença de doenças

associadas à HA foram utilizadas para a caracterização da população. Realizou-se análise descritiva dos dados e, para identificação de associação entre variáveis categóricas, utilizou-se o teste qui-quadrado de Person, considerando  $\alpha = 5\%$ . Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Taubaté, SP. **Resultados:** Dos 526 indivíduos atendidos, 197 (37,5%) eram hipertensos, sendo a maioria d<sup>m</sup> 60 anos (68,5%) e do sexo feminino (73,1%), não verificando-se associação estatística entre sexo e idade. Considerando somente os hipertensos, a maioria relatou apresentar ensino fundamental completo (49,2%), não ser fumante (89,8%), possuir antecedente familiar de HA (71,5%) e dislipidemia associada (34,5%). Quanto à ingestão dietética de sódio, a mediana foi de 1,26 g, sendo que 151 (77%) indivíduos hipertensos apresentaram ingestão adequada, e a maioria era do grupo de 18 a 59 anos (69,5%) e do sexo feminino (77,8%). **Conclusão:** Em pacientes atendidos em um ambulatório de nutrição do Vale do Paraíba constatou-se elevada prevalência de HA, embora na maioria do grupo investigado a ingestão dietética habitual de sódio tenha sido adequada, o que sugere que a alimentação não é o principal fator predisponente da doença em questão nessa população.

## HIPERTENSÃO EM ADOLESCENTE

Nutrição e Saúde Pública

AUTORES: Barreto, C.L.M.; Sousa Júnior, F.A.C; Santana dos Santos, T.

UBM – Centro Universitário de Barra Mansa, RJ. Brasil.

Autora apresentadora: Tatiana Santana

tati.santana23@yahoo.com.br

O presente estudo teve como objetivo verificar a prevalência de hipertensão arterial em adolescentes da rede pública de ensino do município de Resende, RJ. Trata-se de um estudo transversal, representados por adolescentes com idade entre 10 e 17 anos, no qual foram avaliados através de um questionário estruturado as condições socioeconômicas, hábitos alimentares e estilo de vida, antropométrica para verificação do estado nutricional e aferição da pressão arterial dos adolescentes. Dentre os adolescentes avaliados observa-se que a média de idade foi de 13 anos, 58,07% apresentam renda familiar entre 2 a 4 salários mínimos, 54,83% dos adolescentes pertencem ao sexo masculino. Ainda foi observado que no sexo masculino 29,41% encontra-se com sobrepeso, 5,88% apresentam pré-hipertensão arterial, 82,35% praticam atividade física e 41,17% dos pais são hipertensos, já no sexo feminino 28,57% encontram-se tanto com baixo peso quanto sobrepeso, 14,28% apresenta pré-hipertensão arterial, 35,71% praticam atividade física e 42,85% dos pais são hipertensos. Sendo assim, conclui-se que os adolescentes do sexo masculino apresentaram melhores condições de saúde, hábitos e estilo de vida quando comparados ao sexo feminino. Desta forma, sugere-se que sejam desenvolvidas ações de políticas públicas voltadas aos adolescentes na tentativa de reduzir a prevalência de hipertensão arterial no município estudado, sendo importante o envolvimento de todas as áreas do setor saúde articuladas com a rede pública de ensino.

Palavras-chave: Pressão Arterial, Adolescente, Hipertensão.

## IDENTIFICAÇÃO DO CONSUMO DE CARBOIDRATOS E PROTEÍNAS E CONHECIMENTOS NUTRICIONAIS DE PRATICANTES DE

## TREINAMENTO DE FORÇA EM ACADEMIAS DA CIDADE DE VALENÇA/RJ

Nutrição Esportiva

Diniz, I., Ferreira, C.\*

Centro Universitário de Volta Redonda- UniFOA- Volta Redonda – Brasil

O objetivo do estudo foi avaliar o consumo de carboidratos e proteínas e os conhecimentos nutricionais de 64 (sessenta e quatro) praticantes de treinamento de força em três academias da cidade de Valença (RJ). **Aplicou-se um questionário semi aberto para quantificar e qualificar a alimentação ingerida da amostra estudada e, avaliar seus conhecimentos em relação à alimentação e nutrição. Para avaliação do consumo de carboidratos e proteínas, frente às recomendações propostas pela Sociedade Brasileira de Medicina Esporte (SBME 2009) utilizou-se o recordatório de 24 horas.** Foi observado que a amostra foi predominantemente feminina (66,7%) e a idade de maior prevalência foi entre 19 e 25 anos. A maioria ingeria bebidas alcoólicas regularmente (70% homens; 58,3% mulheres). Verificou-se que 90% dos participantes do sexo masculino e 91,6% do sexo feminino se alimentavam antes de iniciar a prática do treinamento de força. Somente 10% dos homens sentiam necessidade de se alimentar durante o treino. Foi relatado por 70% homens e 54,2% das mulheres que para um ganho satisfatório de massa muscular, ao término do treinamento os praticantes realizavam alguma refeição. As principais fontes proteicas citadas foram carnes e ovos com frequência de consumo diária em 92,5% dos homens e 91,6% das mulheres. Constatou-se através do inquérito alimentar, que 56,25% das pessoas, de ambos os sexos, consumiam carboidratos em quantidade insuficiente para o objetivo desejado. Em relação à proteína 57,8% dos praticantes apresentaram um consumo inferior ao recomendado. Foi percebido que os praticantes conheciam a relação entre o consumo de macronutrientes e o ganho de massa muscular, entretanto não havia conhecimento científico por parte destes indivíduos. Em nenhuma das três academias pesquisadas o serviço de nutrição era oferecido, podendo esta ser uma explicação para o alto consumo de suplementos alimentares, entre os homens (57,5%). O nutricionista que atua no campo de alimentação para praticantes de musculação precisa ter mais espaço e presença dentro das academias a fim de que sua atuação seja mais eficaz.

\* autor que apresentará o trabalho

## IMPACTO DA TERAPIA NUTRICIONAL EM PACIENTE PORTADORES DE HIV/AIDS: ANTES E DEPOIS DA TERAPIA ANTIRETROVIRAL

Nutrição Clínica

Machado, R C R<sup>1</sup>; Machado, A T S,<sup>1</sup>; Rocha, N P<sup>1</sup>; Viana, N F<sup>1</sup>; Cantanhede, R C A<sup>1</sup>; Viana B. M.<sup>1</sup> Teixeira A. F.<sup>1</sup>; Castro, L. S.<sup>1</sup>; Machado, S P<sup>2</sup>.

Universidade Federal do Maranhão / São Luís / Brasil

<sup>1</sup> Discente do 6º Período do curso de Nutrição da Universidade Federal do Maranhão

<sup>2</sup> Professora Titular da Universidade Federal do Maranhão

Autor apresentador: Rayanna Carla Ribeiro Machado

**Objetivos:** Analisar a transição da terapia nutricional em indivíduos

portadores de HIV/AIDS antes e depois da utilização da terapia antiretroviral de alta potência e analisar os benefícios para a melhora no sistema imunológico, e aumento na expectativa de vida.

**Metodologia:** Foi realizada uma revisão no banco de dados medline, scielo, e lilacs, através das palavras chaves, terapia nutricional, AIDS, e terapia antiretroviral no período de 2005 a 2010. **Resultados:** O objetivo da terapia nutricional em pacientes que utilizam terapia antiretroviral é estabilizar o estado nutricional, antes e durante o tratamento. Antes da inserção da terapia antiretroviral os problemas comuns a pacientes HIV/AIDS eram a perda de peso e a desnutrição decorrentes de sucessivas infecções oportunistas ocasionadas pela deficiência do sistema imunológico. A terapia nutricional nessa época tinha como objetivo principal manter o paciente com eutrófico, com ganho de peso adequado para assim enfrentar as infecções oportunistas. Atualmente com o advento da terapia antiretroviral os principais problemas nutricionais são o ganho de peso, a redistribuição de gordura e a obesidade, alterações na composição corporal têm sido relatadas, especialmente no que se referem à redistribuição da gordura corporal com acúmulo de gordura em regiões centrais do corpo, tais como tronco, abdômen e região dorso-cervical (Lipodistrofia). Com isso a terapia nutricional deve minimizar os efeitos colaterais da terapia antiretroviral, preservando a massa magra, evitando o sobrepeso/obesidade, pois está associado ao surgimento de doenças cardiovasculares, resistência à insulina, diabetes em pacientes HIV/AIDS. **Conclusão:** Uma terapia nutricional eficiente aliada ao tratamento medicamentoso adequado é primordial para o aumento da sobrevida desses pacientes, sendo necessária para manter o sistema imunológico sadio, para evitar infecções oportunistas, e melhorar o tratamento médico. As intervenções nutricionais aperfeiçoam os benefícios dos medicamentos anti-retrovirais, além de amenizar os transtornos ocasionados por eles atualmente como a lipodistrofia que está associada a doenças cardiovasculares e diabetes, tornando-se assim essencial para prolongar a vida desses pacientes.

**Palavras-chaves:** Terapia Nutricional, AIDS, Terapia antiretroviral

## IMPLEMENTAÇÃO, EFEITOS COLATERAIS E INFLUÊNCIA DA DIETA CETOGÊNICA NO CRESCIMENTO DE CRIANÇAS COM EPILEPSIA REFRACTÁRIA;

Nutrição Clínica

Negretto A. L.A., Trochimczuk S., Morimoto I.M.I.; Pontifícia Universidade Católica do Paraná; Curitiba PR., Brasil. Apresentadora: Ana Letícia A. Negretto

**Introdução:** A dieta cetogênica é indicada quando a droga utilizada pelo paciente não produz mais o efeito esperado, o que é chamado de refratariedade. Dentre os tipos existentes, a dieta cetogênica clássica (DC) que apresenta um elevado teor de ácidos graxos de cadeia longa, fornecendo 1g de carboidrato mais proteína por cada 3,4 ou 5 gramas de lipídeos, é a mais utilizada. **Metodologia:** Revisão de literatura sobre a forma de implementação, efeitos colaterais e influência da dieta cetogênica clássica no crescimento. **Desenvolvimento:** A necessidade de um protocolo é citada por cinco autores que descrevem o tempo de jejum para implementação da dieta, a estratégia para dar início ao tratamento dietoterápico e a maneira como o paciente será monitorado indicando tabelas para cálculo de gasto energético, método de obtenção de unidades de energia para distribuição de macronutrientes e suplementação vitamínica e mineral obrigatória. Onze autores que investigaram sobre

os principais efeitos colaterais da dieta foram referidos. Estes relataram náuseas, vômito, obstipação, diarreia, a desidratação, hiperuricemia e a litíase renal como sintomas mais freqüentes que podem ser controlados ao longo da aplicação da dieta, sem a necessidade de sua interrupção. A DC demonstra não ter influência no crescimento em curto prazo (até 6 meses de uso). Quando estudada em longo prazo (1 ano ou mais) parece afetar o crescimento, havendo relatos de queda do percentil estatura/idade e peso/idade. Apesar deste resultado há consenso de que o custo benefício da redução de crises epiléticas compensa os déficits verificados. **Considerações finais:** Verificou-se que um protocolo cuidadoso de seleção de candidatos a utilização da dieta, bem como o treinamento inicial dos pais e o monitoramento após o início da utilização da dieta são fatores primordiais para os resultados positivos obtidos pelos estudos analisados.

## IMPORTANCIA DO USO DE EPIs EM UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO: PREVENÇÃO E HIGIENIZAÇÃO

Nutrição e Saúde Pública

AUTORES: Silva, S. M.; Leite, M.O.; Dias, I.B.  
UBM – Centro Universitário de Barra Mansa, RJ, Brasil.  
[marilene.leite@ubm.br](mailto:marilene.leite@ubm.br) - Autora apresentadora

Alimentos preparados em Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN) onde não há uso correto de equipamentos de proteção têm sido freqüentemente envolvidos em surtos de intoxicação e infecção alimentar. Registros epidemiológicos revelam que a maioria dos surtos de doenças de origem alimentar diagnosticados é atribuída a patógenos veiculados por alimentos preparados nesses locais que não fazem a higienização correta dos alimentos e utensílios. Objetivou-se neste estudo destacar a importância da higienização correta dos alimentos, utensílios e o uso do EPI em uma unidade de alimentação com vista à redução do risco de contaminação alimentar dos comensais e acidentes de trabalho dos funcionários. A metodologia desenvolvida foi investigativa e observacional, utilizando-se como instrumento de coleta de dados um questionário aplicado através de entrevistas, com participação de 95 funcionários de uma UAN localizada na cidade de Resende-RJ. Foi realizado também um levantamento entre os meses de janeiro e novembro de 2009, sobre o número de acidentes na UAN. Os dados coletados nas entrevistas foram analisados através do cálculo de porcentagens do aparecimento das respostas, o que permitiu traçar um panorama de como os funcionários desta empresa percebem a relação entre segurança no trabalho e qualidade higiênico sanitária na produção de refeições. Os dados obtidos demonstram que 89,5% (n = 85) dos funcionários da empresa consideram a qualidade do serviço prestado como sendo bom e muito importante, enquanto 10,5% (n = 10) acham regular. Para os entrevistados as medidas enumeradas por ordem de importância para uma produção de refeição com boa qualidade 91,5% (n = 87) acham importante a manutenção da equipe de funcionários, 93,6% (n = 89) o controle dos fornecedores e 84,2% (n = 80) a capacitação periódica. Foi encontrado um acidente no mês de janeiro e dois no mês de abril. A UAN é dividida em três restaurantes, onde constatou-se que todos os acidentes aconteceram no restaurante central onde é produzida toda alimentação. A parte do corpo mais afetada foram os dedos das mãos e os acidentes aconteceram com os funcionários com mais tempo de casa. Apesar de 89,5% dos funcionários considerarem a qualidade do serviço boa, um grupo menor 15,7% (n = 15) não

identifica a relação entre esta qualidade e a segurança no trabalho através do uso de EPI. Através dos dados obtidos conclui-se que a grande maioria dos funcionários encontram-se engançados e primam por uma produção de qualidade e utilização dos EPIs. Sugere-se campanhas educativas e preventivas aplicadas as UAN, levando em consideração todos os fatores envolvidos no ambiente de trabalho como: agentes ambientais, ergonômicos e o risco de desenvolvimento LER/DORT induzido por um trabalho repetitivo. Com base nas respostas dadas pelos funcionários, na participação oral e interesse durante toda a entrevista, é possível perceber que esta foi oportuna, e uma forma a motivá-los na execução correta dos procedimentos e atividades.

Palavras-chave: Prevenção; higienização; acidentes, EPIs.

### INADEQUAÇÃO DE INGESTÃO DE NUTRIENTES ANTIOXIDANTES EM PACIENTES PORTADORES DE COLITE ULCERATIVA

Nutrição Clínica

URBANO, A.P.S.<sup>1</sup>, PASCHOALINOTTE, E.E.<sup>2</sup>, SASSAKI, L.Y.<sup>3</sup>, FERREIRA, A.L.A.<sup>3</sup>.

<sup>1</sup> Pós-graduanda do programa Fisiopatologia em Clínica Médica - Departamento de Clínica Médica, Faculdade de Medicina de Botucatu, UNESP. Botucatu, São Paulo – Brasil. Autor Apresentador.

<sup>2</sup> Grupo de Apoio à Pesquisa, Faculdade de Medicina de Botucatu, UNESP. Botucatu, São Paulo – Brasil.

<sup>3</sup> Departamento de Clínica Médica, Faculdade de Medicina de Botucatu, UNESP. Botucatu, São Paulo – Brasil.

**INTRODUÇÃO:** A Colite Ulcerativa apresenta alta incidência e prevalência e impacto negativo na qualidade de vida de pacientes economicamente ativos. Embora sua etiologia ainda permaneça desconhecida, sabe-se que o estresse oxidativo apresenta um importante papel na iniciação e progressão da doença. O objetivo deste estudo foi estimar a prevalência de ingestão insuficiente de nutrientes antioxidantes (Vitamina A, E, C e Selênio) em pacientes portadores de colite ulcerativa em remissão ou atividade leve.

**METODOLOGIA:** Foram estudados pacientes com colite ulcerativa em remissão ou atividade leve da doença, acompanhados no ambulatório de um hospital universitário. O consumo alimentar foi investigado mediante três inquéritos recordatórios de 24 horas. Para estimar a prevalência de inadequação de consumo na população, foi utilizado como ponto de corte a Necessidade Média Estimada (EAR). **RESULTADOS:** Dos 59 pacientes estudados, 32 (54,24%) eram mulheres. Em relação à ingestão de alimentos, 27 (45,76%) pacientes faziam alguma restrição alimentar por conta da doença. A prevalência estimada de inadequação de ingestão para as vitaminas A, E, C e selênio nas mulheres foi 28,66%, 96,08%, 34,24% e 0,02% respectivamente; e nos homens foi 30,86%, 100,00%, 46,76% e 0,00%, respectivamente. **CONCLUSÃO:** Estes dados permitem concluir que pacientes portadores de colite ulcerativa em remissão da atividade ou atividade leve apresentaram ingestão alimentar inadequada para os nutrientes antioxidantes, em especial as vitaminas E, C e A.

\* Suporte financeiro - FAPESP (2009/03449-3)

\* Correspondência

Ana Paula Signori Urbano, Faculdade de Medicina de Botucatu, UNESP, Departamento de Clínica Médica. Distrito de Rubião Jr. CEP. 18618970. Botucatu, São Paulo – Brasil.

E-mail: [anasignori@yahoo.com.br](mailto:anasignori@yahoo.com.br)

### ÍNDICE DE MASSA CORPORAL E SUA ASSOCIAÇÃO COM O GÊNERO, PRÁTICA DE ESPORTES E HORAS DE SONO EM ESTUDANTES DE UMA ESCOLA PÚBLICA DA CIDADE DE PANEIAS, PERNAMBUCO.

Nutrição Clínica

SILVA, G. E.; CORDEIRO, E. A.; SILVA, S. A. SILVA, S. T. Programa de Iniciação Científica, Curso de Nutrição, Faculdade do Vale do Ipojuca – FAVIP, Caruaru, Pernambuco - Brasil.

Autor apresentador: Samira Tatiane da Silva

**OBJETIVO:** Investigar a associação do Índice de Massa Corporal (IMC) com o gênero, prática de atividade física e horas de sono em adolescentes de uma escola pública da cidade de Paneias.

**METODOLOGIA:** Estudo transversal, com amostra aleatória de 70 adolescentes, ambos os sexos e idades entre 14 a 18 anos. Excluiu-se do estudo, aqueles com impossibilidade de avaliação antropométrica e gestantes. Foram estudadas as variáveis: sexo, idade, local e tipo de moradia, horas de sono, atividade física e estado nutricional, diagnosticado pelo cálculo do IMC e classificado segundo os pontos de corte das curvas de IMC/idade da OMS (2007). Os dados foram analisados no SPSS, versão 13.0. As comparações entre médias foram feitas com o teste de *t* (duas variáveis independentes), adotando-se nível de significância de  $p < 0,05$ . A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade do Vale do Ipojuca sob o protocolo nº 0002/2008. **RESULTADOS:** Na amostra, 80% são mulheres, entre a 1ª e 3ª série do ensino médio e 73% na faixa etária entre 16 a 18 anos. A maioria referiu possuir casa própria, com 51,4% morando em área rural e 44,3% referindo receber bolsa família. A avaliação nutricional mostrou que 94% são eutróficos e apenas 6% apresentam sobrepeso/obesidade. No entanto, apenas 50% referiram estar satisfeitos com seu peso corporal. Cerca de 40% dos alunos praticam algum tipo de esporte. Não foi observada diferença estatística significativa nas médias de IMC de homens e mulheres (IMC=20,98±3,77kg/m<sup>2</sup> vs 20,41±2,10 kg/m<sup>2</sup>,  $p=0,451$ ), entre aqueles que praticavam e não praticavam atividades físicas (IMC=20,83±1,99 kg/m<sup>2</sup> vs 20,33±2,79,  $p=0,411$ ) e entre aqueles com <8 horas/dia e e=8 horas/dia de sono (IMC=19,68±2,27 kg/m<sup>2</sup> vs 20,72±2,53 kg/m<sup>2</sup>,  $p=0,177$ ). **CONCLUSÃO:** A grande prevalência de adolescentes com peso adequado pode ter contribuído para a ausência de associação entre o IMC e os parâmetros estudados.

### ÍNDICES URINÁRIOS EM DIFERENTES CONDIÇÕES DE HIDRATAÇÃO SISTÊMICA

Nutrição Clínica

Esteves\*, D. C; Teles\* L. C. S.

\* Programa de Pós-Graduação Interunidades Bioengenharia EESC/FMRP/IQSC, Universidade de São Paulo-USP, São Carlos, Brasil

\*\* Programa de Pós-Graduação Interunidades Bioengenharia EESC/FMRP/IQSC, Universidade de São Paulo-USP, São Carlos, Brasil; Faculdade de Odontologia de Bauru da Universidade de São Paulo-USP, Bauru, Brasil

Apresentado por Daiane Clara Esteves

**Objetivo:** o objetivo desse estudo é avaliar o nível de hidratação com a utilização de dois índices urinários a gravidade específica da urina e coloração da urina. **Metodologia:** Participaram deste estudo

10 estudantes de graduação ou pós-graduação da Universidade de São Paulo-USP campus São Carlos da Escola de Engenharia de São Carlos, com média de idade 23,1 anos, 8 do sexo masculino e 2 do sexo feminino que se enquadraram nos critérios e inclusão: IMC eutrófico, ter entre 19 e 35 anos de idade e estar em bom estado de saúde geral. Critérios de exclusão: doenças renais e coronárias, hipertensão, fumantes e consumo de bebidas alcoólicas diariamente. Os índices urinários utilizados para avaliar o nível de hidratação foram a gravidade específica da urina e coloração da urina. Para a avaliação dos índices urinários os participantes foram submetidos a duas avaliações não consecutivas em diferentes condições de hidratação sistêmica. A Avaliação 1, condição de hidratação, os participantes foram orientados e se hidrataram um dia antes da avaliação, na quantidade de 3,0 litros para homens e 2,2 litros de água para mulheres. Para a Avaliação 2 os participantes foram orientados parar de ingerir água e líquidos após as 22:00 horas do dia que antecedeu a avaliação, no dia da avaliação para todos os participantes foi permitido ingerir apenas um copo de água ou outro líquido. **Resultados e conclusões:** os valores médios da gravidade específica da urina para a Avaliação 1 foi de  $1005,8 \pm 3,4$  e da coloração foi de  $1,6 \pm 0,6$  ambos índices resultaram em valores de hidratação. Os valores médios da gravidade específica da urina e coloração na Avaliação 2 foram de  $1025,2 \pm 5,7$  e  $5 \pm 0,9$  respectivamente, os valores mostram que os participantes estavam na condição de desidratação significativa. Os resultados mostram que ambos métodos são fortemente correlacionados nas diferentes condições de hidratação sistêmica e fornecem resultados imediatos além de serem de fácil utilização.

### INFLUÊNCIA DE ANTIOXIDANTES E ÁCIDOS GRAXOS ÔMEGA 3 EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES OBESOS

Nutrição Clínica

THOMAZ, F. S.<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Graduada, Curso de Nutrição. Centro de Universitário São Camilo, São Paulo, Brasil. Correspondência para: Fernanda Santos Thomaz. E-mail: <fst.nutricao@gmail.com>.

**Introdução:** A prevalência da obesidade apresenta números cada vez mais elevados. A obesidade é uma doença crônica, multifatorial, caracterizada pelo acúmulo de tecido adiposo no organismo. O tecido adiposo produz diversas adipocitocinas, tais como interleucina-6 (IL6), adiponectina, leptina e fator de necrose tumoral (TNF- $\alpha$ ), cujo desequilíbrio modifica vários fatores associados às doenças cardiovasculares e diversas complicações metabólicas (sensibilidade à insulina, pressão arterial, metabolismo lipídico, imunidade e homeostase), implicando em altos índices de morbidade-mortalidade. Recentemente, estudos têm relacionado à obesidade infantil e inatividade física com o desenvolvimento de um processo inflamatório de baixa intensidade. IL-6 estimula a síntese hepática de proteína-C reativa (PCR), um marcador inflamatório. Em adição a leptina, que é elevada em indivíduos obesos, têm se mostrado um pró-inflamatório. Esse aumento pode contribuir ativamente para o início de lesões endoteliais, resultando em um fator de risco para doenças arteriais coronarianas. A inflamação subclínica em crianças e adolescentes obesos está associada a elevados marcadores de estresse oxidativo e elevadas concentrações de PCR e IL-6, correlacionando-se aos componentes da síndrome metabólica, como elevado índice de massa corporal (IMC), hipertrigliceridemia, baixas

concentrações de HDL (lipoproteína de alta densidade), elevada pressão arterial sistólica e tolerância à glicose diminuída (TGD).

**Objetivo:** Investigar a hipótese de que dietas ricas em ômega 3 (n-3) EPA (eicosapentaenoico) e DHA (docosahexaenoico) e antioxidantes, poderá influenciar o estado pró-inflamatório dos marcadores da inflamação e fatores de risco relacionados à disfunção do metabolismo de crianças e adolescentes obesos.

**Metodologia:** Foi realizada uma revisão bibliográfica nos bancos de dados MEDLINE e LILACS, no período entre 2000 e 2010, utilizando como palavra-chave “Omega 3”, “antioxidantes”, “inflamação subclínica” e “obesidade”. **Resultados:** Diversos estudos em crianças e adolescentes têm correlacionado fatores dietéticos (ácidos graxos poliinsaturados e antioxidantes) como potenciais moduladores da adiposidade e inflamação subclínica. Evidências científicas sugerem que ácidos graxos poliinsaturados (n-3), incluindo EPA e DHA, apresentam propriedades antiinflamatórias, melhorando a função endotelial e reduzindo significativamente os níveis circulantes de TNF- $\alpha$ , e conseqüentemente, melhora do estado de pró-inflamação crônica. No entanto, a suplementação de óleo de peixe, e dieta rica em ácidos graxos poliinsaturados (n-3), incluindo os ácidos graxos  $\alpha$ -linolênico, impactam positivamente na função vascular e na redução de doenças cardiovasculares. **Conclusão:** O consumo de dietas ricas em antioxidantes e ômega 3 EPA e DHA podem beneficiar crianças e adolescentes obesos. No entanto, novos estudos são necessários para permitir uma compreensão mais profunda dos mecanismos envolvidos na relação entre os fatores dietéticos e mudanças de metabolismo de crianças e adolescentes obesos, a fim de identificar as mudanças necessárias para reduzir os riscos de saúde durante a infância e adolescência.

### INFLUÊNCIA DE UM PROGRAMA DE MEDICINA PREVENTIVA SOBRE A COMPOSIÇÃO CORPORAL DE BENEFICIÁRIOS DE UM PLANO DE SAÚDE

Nutrição e Saúde Pública

CAPELATO, D.; PAGAN, B.

Paraná Assistência Médica - PAM, Maringá, Brasil. CAPELATO, D. apresentadora do trabalho.

As mudanças no estilo de vida da população, bem como as crescentes alterações no ambiente de trabalho e nos processos produtivos ocasionados principalmente nas últimas duas décadas contribuíram para o aumento do sedentarismo e conseqüentemente para a elevação da incidência de doenças crônico-degenerativas a ele associadas. O custo destes distúrbios é extremamente elevado para as organizações, já que podem levar à diminuição da produtividade, ao absenteísmo e ao excesso de utilização de assistência médica. O método de trabalho adotado para o Programa Multidisciplinar de Medicina Preventiva (PMMP) vai ao encontro das necessidades dos atuais gestores de saúde quanto à resolutividade e redução de intercorrências, porque age diretamente no fator que potencializa o desequilíbrio da saúde, com procedimentos de apresentação e critérios para avaliação dos programas de promoção à saúde e prevenção de doenças. Desta forma o presente trabalho objetivou apresentar os resultados obtidos após um mês de intervenção nutricional do PMMP de um plano de saúde da cidade de Maringá, Paraná. A intervenção foi realizada com indivíduos de ambos os sexos na faixa etária de 16 a 69 anos no período de Julho à Agosto de 2010. Inicialmente os ingressantes do programa responderam um questionário de saúde sendo submetidos à posterior avaliação com os profissionais da área

da saúde. Posteriormente, os beneficiários participaram de uma avaliação detalhada com nutricionista, onde foram aferidas as medidas de massa corporal (MC), estatura, percentual de gordura corporal (%GC). Sendo classificados de acordo com os índices de IMC, respeitando-se a classificação proposta por WHO (1997), de %GC segundo o referencial preconizado por Lohman (1992), gordura corporal absoluta (GCA) e massa magra (MM). Os dados obtidos foram analisados por meio da estatística descritiva, com nível de significância de  $(p < 0,05)$ . Além da realização da avaliação nutricional e dos hábitos alimentares dos participantes, foram orientadas à realização de mudanças necessárias verificadas durante a entrevista. Desta forma, foram atendidos 49 indivíduos, sendo 33 (67,35%) do sexo feminino e 16 (32,65%) do sexo masculino. Na primeira avaliação obteve-se como média de idade  $33,74 \pm 10,18$ , MC  $78,95 \pm 17,91$ , estatura de  $165,56 \pm 8,48$ , IMC  $28,76 \pm 6,17$ , %GC  $32,60 \pm 9,22$ , GA  $26,76 \pm 13,34$ , MM  $52,83 \pm 10,96$ . De acordo com a classificação do IMC 18,75% dos homens apresentaram peso normal, 56,25% sobrepeso e 25,00% obesidade, não ocorrendo casos de baixo peso. Da população feminina, 6,06% apresentaram baixo peso, 18,19% peso normal, 45,45% sobrepeso e 30,00% obesidade. Para o %GC 37,50% dos homens foram classificados como acima da média, 62,50% como muito alto, não ocorrendo casos de percentual muito baixo, abaixo da média e na média. Entre as mulheres 6,06% estavam abaixo da média, 21,21% acima da média e 72,73% obtiveram índices muito altos, não ocorrendo casos de percentual muito baixo e dentro da média. Na reavaliação obteve-se como média de idade  $33,83 \pm 10,19$ , MC  $79,07 \pm 18,06$ , estatura de  $165,56 \pm 8,48$ , IMC  $28,82 \pm 6,22$ , %GC  $32,97 \pm 8,79$ , GCA  $26,96 \pm 13,26$ , MM  $52,11 \pm 10,29$ . De acordo com a classificação do IMC 6,06% da população feminina apresentaram baixo peso, 12,12% peso normal, 54,55% sobrepeso e 27,27% obesidade. Os valores da população masculina foram semelhantes em ambas as avaliações. Para o %GC 3,03% das mulheres estavam abaixo da média, 3,03% na média, 9,09% acima da média e 84,85% obtiveram índices muito altos, não ocorrendo casos de percentual muito baixo, sendo, para a população masculina obtidos os mesmos valores da primeira avaliação. Com a análise da diferença entre as avaliações encontrou-se um aumento de MC de  $0,12 \pm 1,70$ ,  $0,06 \pm 0,63$  de IMC,  $0,38 \pm 2,03$  de %GC,  $0,19 \pm 1,93$  de GA e uma diminuição de  $0,72 \pm 4,54$  de MM. Não ocorrendo diferença significativa nas variáveis analisadas entre as avaliações. Diante do exposto, conclui-se que para a obtenção dos benefícios de um PMMP deve-se salientar a importância de uma postura ativa do participante frente ao problema e a adoção de um programa de atividades físicas sistematizado, tendo em vista que mudanças dos hábitos alimentares e a prática habitual de exercícios físicos são necessários para o êxito do tratamento e, conseqüentemente, para a melhoria da qualidade de vida que certamente contribui para promoção da saúde.

#### INFORMAÇÕES SOBRE ROTULAGEM ANALISADAS A PARTIR DA VISÃO DE CONSUMIDORES DO SEXO FEMININO EM PONTOS DE VENDA DE ALIMENTOS EM SÃO LUÍS-MA.

Nutrição e Saúde Pública

Viana, N. F.<sup>1\*</sup>; Viana, B. M. <sup>1</sup>; Castro, L. S.<sup>1</sup>; Teixeira, A. F.<sup>1</sup>; Berniz, P. J.<sup>2</sup>

Universidade Federal do Maranhão / São Luís / Brasil

**Objetivo:** Analisar, a partir da visão de consumidores do sexo feminino, os conhecimentos destes, sobre as informações disponíveis nos rótulos, bem como, sua influência nas escolhas

alimentares. **Metodologia:** Estudo de caráter transversal, com metodologia quanti-qualitativa, desenvolvido em três pontos de venda de produtos alimentícios situados em diferentes bairros da cidade de São Luís-MA, onde foram aplicados questionários semi-estruturados com itens referentes ao hábito de leitura, grau de entendimento das informações contidas nos rótulos de alimentos, bem como, o comportamento do consumidor em relação à rotulagem dos mesmos. A amostra foi constituída por 46 clientes adultas entre 20 e 76 anos, que aceitaram participar do estudo. **Resultados:** Em relação à escolaridade observou-se que 71,7% possui o ensino médio completo. Verificou-se que a grande maioria das entrevistadas (69,6%) lê os rótulos dos produtos, sendo que uma parcela significativa afirmou saber a importância das informações nutricionais nele contida (65,2%) e número expressivo (82,6%) relata ler o prazo de validade dos produtos sempre. Investigou-se ainda, a presença de patologias no núcleo familiar, e verificou-se que 56,5%, declaram-se acometidas ou possuem alguém da família com alguma patologia, que demanda cuidados relacionados à alimentação, no entanto, um número considerável (45,6%) menciona nunca selecionar alimentos com valores reduzidos ou livres de calorias, açúcar, sódio, gorduras ou colesterol e 36,9% das entrevistadas não sabe a diferença entre produtos light e diet, dentre os fatores que influenciam na decisão de compra dos alimentos, muitas consumidoras (54,3%) indicaram o preço seguido da praticidade (30,4%). **Conclusão:** Com base no estudo realizado, pode-se inferir que as consumidoras têm a real preocupação em observar os rótulos dos alimentos, porém apresentam dificuldades em interpretar as informações nele contidas, percebendo-se ainda que os hábitos da sociedade contemporânea, que visam a praticidade no preparo dos alimentos, têm influência direta na escolha destes, o que pode interferir na escolha de gêneros alimentícios mais saudáveis.

**Palavras-chave:** rotulagem de alimentos; informação nutricional; escolhas alimentares.

#### INGESTÃO DE CÁLCIO E PERFIL ÓSSEO DE MULHERES ATENDIDAS EM UM SERVIÇO AMBULATORIAL DE CLIMATÉRIO Nutrição Clínica

Carvalho FGD\*, Santos RDS, Suen VMM, Lima TP, Navarro AM, Iannetta R, Marchini JS, Iannetta O

Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto – FMRP/USP, Ribeirão Preto, Brasil

\*Apresentadora do trabalho

**OBJETIVO:** Verificar a relação entre a microarquitetura óssea e a ingestão de cálcio, práticas de atividades físicas e tabagismo em um grupo de mulheres climatéricas. **MÉTODOS:** Foram recrutadas mulheres atendidas no Ambulatório Multidisciplinar de Climatério do HCFMRP-USP. Calculou-se o Índice de massa corporal (IMC) para caracterizar o estado nutricional do grupo, com base na medida do peso e altura. Avaliou-se a qualidade e quantidade óssea por meio da osteossinografia utilizando-se o aparelho DBM Sonic BP de terceira geração. As pacientes foram questionadas quanto à ingestão diária de cálcio, e quanto à prática ou não de atividade física e de tabagismo. A ingestão de cálcio foi categorizada em relação ao consumo de alimentos fonte: nenhuma, 1 a 2 vezes e mais que 3 vezes/dia. Realizou-se a distribuição percentual das variáveis em relação à quantidade e qualidade óssea. **RESULTADOS:** Foram estudadas 71 mulheres, com idade média de  $59 \pm 7$  anos, com IMC médio de  $27,2 \pm 4,9$  kg/m<sup>2</sup>. Observou-se que a maior frequência de consumo de cálcio

entre as entrevistadas foi de 1 a 2 vezes por dia (66,2%). Destas, 91,5% não são tabagistas e 47% praticam algum tipo de atividade física. Quanto ao perfil ósseo, 50,7% delas apresentaram quantidade óssea normal e qualidade óssea adequada em apenas 30% destas. **CONCLUSÃO:** Foi encontrada uma baixa frequência de consumo de alimentos fonte de cálcio, bem como da prática de atividades físicas na maior parte do grupo estudado. Este achado pode relacionar-se com o perfil ósseo inadequado encontrado nestas mulheres, ressaltando a necessidade do desenvolvimento de políticas públicas de educação nutricional voltadas para o controle de peso e ingestão adequada de nutrientes a esse grupo populacional.

#### INGESTÃO HABITUAL DE SUCO DE LARANJA REDUZ FATORES DE RISCO DA SÍNDROME METABÓLICA EM MULHERES

Nutrição Clínica

SILVEIRA, J. Q., GONÇALVES, C. L., BASILE, L. G.; MANJATE, D.A. e CESAR, T. B.

Universidade “Julio de Mesquita Filho” – UNESP – Araraquara, Brasil  
Autor apresentador: SILVEIRA, J.Q.

**Objetivo:** Avaliar os efeitos do consumo habitual de suco de laranja sobre fatores de risco da síndrome metabólica, como perfil lipídico e resistência insulínica, em indivíduos normolipidêmicos. **Casuística:** 32 indivíduos (14 homens e 18 mulheres), de 23 a 59 anos de idade e perfil lipídico sanguíneo normal a limitrofe. **Metodos:** Os voluntários ingeriram 3 copos de suco de laranja (750ml) por dia durante 8 semanas consecutivas. Foram avaliados os níveis séricos de: colesterol total (CT), colesterol de LDL (LDL-C), colesterol de HDL (HDL-C), triglicérides (TG), glicemia e insulina em jejum, no primeiro dia da primeira semana e no último dia da oitava semana do experimento. A resistência insulínica foi avaliada pelo índice HOMA (*Homeostatic Model Assessment*). **Resultados:** Nas mulheres foi detectada redução significativa nos níveis de CT e LDL-C iguais a 8,7% e 8,4%, respectivamente. Houve também redução nos níveis de HDL-C, ainda assim este se manteve acima do nível desejável, ou seja, superior a 48mg/dL. Houve ainda diminuição de 2,4% no TG, 2% na glicemia e 23% na concentração de insulina sérica ( $p<0,05$ ). O HOMA apresentou uma redução significativa de 23%. Quanto aos homens, o CT e LDL-C reduziram significativamente em 6,4% e 6,2%, respectivamente. O HDL teve uma redução não significativa, tendo permanecido em níveis aceitáveis. Não houve alteração significativa do TG, glicemia, insulinemia e HOMA. **Conclusão:** O suco de laranja melhorou os níveis lipídicos em homens e mulheres e a resistência insulínica em mulheres, prevenindo, assim, importantes fatores de risco para o desenvolvimento da síndrome metabólica.

**Palavras-chave:** Suco de laranja, síndrome metabólica, perfil lipídico, resistência insulínica, HOMA.

#### INSATISFAÇÃO CORPORAL E PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA DOS ADOLESCENTES DE UMA ESCOLA PÚBLICA EM VOLTA REDONDA-RJ

Poster

Renata Germano Borges de Oliveira Nascimento<sup>1</sup>  
Margareth Lopes Galvão Saron<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Estudante de Graduação do Curso de Nutrição do UNIFOA

<sup>2</sup> Professora do Curso de Nutrição do UNIFOA

A imagem corporal pode ser entendida pela imagem do corpo formada na mente do indivíduo, ou seja, o modo como o corpo apresenta-se para o indivíduo. O objetivo deste trabalho foi verificar o grau de satisfação corporal e prática de atividade física dos adolescentes. O estudo foi transversal e controlado, realizado em uma escola da rede pública de Volta Redonda, RJ com um grupo de 162 adolescentes do sexo feminino (n=99) e masculino (n=63). Foi feita a avaliação antropométrica (peso, estatura e Índice de Massa Corporal-IMC) e aplicada uma escala de satisfação corporal. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética do UNIFOA. Os resultados mostraram que a média de idade dos adolescentes foi de 16 anos, com variação de 14 a 19 anos de idade. Com relação à insatisfação corporal observou-se que o maior percentual foi relativo ao peso e altura para ambos os sexos, seguido da região do estômago para as meninas e do braço para os meninos. O IMC mediano dos adolescentes foi de 21,1kg/m<sup>2</sup>, com o mínimo de 16kg/m<sup>2</sup> e o máximo de 33,69kg/m<sup>2</sup>. Referente à prática de atividade física, observou-se que esta é realizada por 52,38% dos meninos e 48,48% das meninas. Houve uma correlação significativa entre o IMC e a prática de atividades física realizada pelos adolescentes. Pode-se concluir que tanto os meninos quanto as meninas expressaram insatisfação em relação às áreas corporais, destacando o peso e a altura, sendo uma insatisfação mais acentuada para as meninas.

#### INTOLERÂNCIA À LACTOSE EM CRIANÇAS

Nutrição Clínica

Camargo, J. S.; Weber, A. P.

Centro Universitário Franciscano (UNIFRA), Santa Maria- Brasil.

Apresentadora: Jaqueline S. de Camargo

A intolerância à lactose é a incapacidade do intestino digerir a lactose, um dissacarídeo encontrado no leite, e degradado em galactose e glicose, devido a uma deficiência da enzima lactase.[1]. A lactase, que é uma alfa-galactosidase, enzima localizada na membrana da bordadura em escova do epitélio do intestino delgado, principalmente, na sua porção proximal, que digere o açúcar do leite, a lactose, em glicose e galactose, que são monossacarídeos e que constituem a base fisiológica para a absorção intestinal dos carboidratos. A lactose, só assim, é absorvida pela mucosa intestinal [2]. É importante destacar que a intolerância a lactose nos primeiros anos de vida pode acarretar prejuízos para a saúde da criança, pois, é através do aleitamento materno que a criança recebe seu principal alimento (até os 6 meses de vida), este promove crescimento e nutrição adequados, proteção contra doenças e infecções, além de fortalecer o vínculo entre mãe e filho. Assim, o objetivo deste trabalho é verificar a importância da dietoterapia na intolerância à lactose em crianças. Foi realizada uma revisão bibliográfica com base nas pesquisas dos autores publicadas em artigos científicos, específicos do assunto. A intolerância à lactose é causada geneticamente por um gen recessivo, e não deve ser considerada uma doença e sim um comportamento comum em fisiologia humana[4]. No geral é comum a intolerância à lactose em crianças. O estudo mostrou que a intolerância à lactose é um distúrbio gastro intestinal comum em crianças. Devido a isso, os cuidados em relação à ingestão de cálcio, vitaminas e minerais adequados, devem ser redobrados nessa fase. Eliminar o leite da dieta pode causar deficiência de cálcio, vitamina D, riboflavina e proteínas. Os sintomas da intolerância à lactose podem ser controlados pela dieta, por meio de suspensão de leite e derivados, substituindo-os por outros alimentos que não contém

lactose [3]. Como por exemplo: leite de soja, leite de cabra ou fórmulas infantis. O profissional de saúde deve orientar os familiares a excluir todos os alimentos e preparações que contenham as proteínas do leite, enfatizando a importância da leitura dos rótulos dos produtos industrializados bem como na composição dos remédios.

#### REFERÊNCIAS

- [1] LEÃO, L.S.C.S.; Gomes, M.C.R. *Manual de Nutrição clínica*. Petrópolis; 7ª edição. Vozes, 2007.
- [2] MOREIRA, F. L. *Intolerância à lactose: como investigar- abordagem inicial*. Revista Nutrição em Pauta. São Paulo, set/out.2003, p.23.
- [3] GONÇALVES, P.S.G.; Rodrigues, K.T.M. *Doenças gastrointestinais e desafios no tratamento*. Revista Nutrição Profissional; Set/out. 2007.
- [4] SIMÕES, P.A.H. *Importância do diagnóstico da Intolerância à Lactose na Prática Pediátrica*. Revista Nutrição em Pauta. São Paulo, set/ out.2000.

#### MATERIAIS EDUCATIVOS E REGISTRO ALIMENTAR: METODOLOGIA DA ELABORAÇÃO PARA UM PROJETO DE INTERVENÇÃO NUTRICIONAL EM MULHERES COM CÂNCER DE MAMA.

Nutrição Clínica

GALVAN, D.; KOIDE, H.; CARDOSO, A.L.; SABEL, C.; CESA, C.; DI PIETRO, P.F.

Estudos de intervenção nutricional em mulheres com neoplasia mamária apresentaram mudanças positivas nos padrões alimentares. O acompanhamento nutricional de forma periódica nessas pacientes deve ser priorizado, a fim de aumentar a capacidade funcional e prolongar a expectativa de vida. Com o objetivo de alcançar as recomendações nutricionais preconizadas no projeto de intervenção intitulado "Intervenção nutricional em pacientes com câncer de mama: impacto em indicadores de progressão e recorrência da doença e na qualidade da vida", e garantir adesão efetiva das mulheres participantes deste estudo, foi elaborado um registro alimentar qualitativo e boletins informativos. O registro alimentar qualitativo é entregue para as participantes no primeiro momento, seu formato de calendário mensal, contém em cada dia do mês, 3 desenhos diferentes, cada qual indicando a ingestão de frutas, verduras e carnes vermelhas, os principais pontos da intervenção do projeto. É orientado que o grupo alimentar seja assinalado, de acordo com a ocorrência de ingestão para estes grupos, facilitando a estimativa da frequência de consumo dos alimentos estudados. Os boletins informativos são enviados mensalmente via correio, durante o período de 12 meses, abordando assuntos relacionados à alimentação saudável, receitas e dicas nutricionais para minimizar os efeitos negativos do tratamento. Estes boletins servem para manter as pacientes instruídas sobre a importância da alimentação neste período. Cabe ressaltar que se levou em consideração a importância de elaborar um material teórico, porém de finalidade prática, objetiva e de fácil compreensão. A preocupação em ilustrar cada orientação, além de ser uma estratégia pedagógica, possibilita tornar a informação mais atraente, além de motivar e desconstruir as leitoras. Desta forma, a adesão à intervenção nutricional pode ser facilitada por estes materiais que possibilitam monitorar a ingestão dos alimentos apontados, além de garantir acesso às informações importantes, contribuindo assim para a qualidade de vidas das pacientes.

MERENDA ESCOLAR CONSUMIDA POR ESCOLARES DE UMA ESCOLA MUNICIPAL DO MUNICÍPIO DE RESTINGA SECA-RS  
Nutrição e Saúde Pública

Rockenbach, A.; Weber, A. P.; Camargo, J. S.  
Centro Universitário Franciscano (UNIFRA), Santa Maria- Brasil.  
Apresentadora: Jaqueline S. de Camargo

Durante a infância, é preciso que a criança tenha uma alimentação saudável, rica em alimentos básicos: cereais, frutas, leite, carne, hortaliças, entre outros, mas em quantidades adequadas para atender suas necessidades (STURMER, 2004). Sendo o período de 1 a 6 anos de idade marcado por grande desenvolvimento e aquisição de habilidades, elas precisam de alimentos mais nutritivos em proporção ao seu tamanho do que os adultos (SCOTT-STUMP E MAHAN, 2005). Considerando que a alimentação na fase escolar é de extrema importância, justifica-se a necessidade de pesquisar sobre o hábito alimentar de crianças nesta fase. Assim, o objetivo do trabalho foi avaliar a adequação da merenda escolar consumida por escolares de uma escola municipal. Esta pesquisa foi realizada em uma escola do município de Restinga Seca, RS. O público-alvo foram crianças na fase escolar que estão no segundo ano e as merendeiras que são responsáveis pelo preparo da alimentação dos alunos. Foi desenvolvida durante três meses, no período de maio a julho de 2008. A análise dos alimentos consumidos pelos alunos na merenda escolar oferecidos pela escola e trazidos de casa foi realizada por meio de observação direta. Os resultados obtidos foram que 94,4% dos alunos, consumiam a merenda escolar fornecida pela escola e 5,6% traziam a merenda de casa. Os alimentos mais consumidos foram cereais, seguidos de carne, leite, verduras, legumes e frutas. O estudo mostrou que a maioria dos escolares realiza as refeições na escola. Percebeu-se também, que escola oferece alimentos diversificados, e nutritivos, adequados para a alimentação de escolares. Salienta-se a importância de uma alimentação adequada às necessidades dos mesmos, pois é fundamental para o desenvolvimento e crescimento da criança.

#### Referências bibliográficas:

- MAHAN, L.Kathleen; ESCOTT-STUMP, Sylvia. **Krause: Alimentos, Nutrição e Dietoterapia**. 11 ed. São Paulo: Roca, 2005.
- STÜRMER, Joselaine Silva. **Reeducação alimentar na família: da gestação à adolescência**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2004.

#### MINI-AVALIAÇÃO NUTRICIONAL COMO INDICADOR DE DIAGNÓSTICO EM IDOSOS DE ASILOS

Nutrição e Saúde Pública

Campos, D.R.T.; Montenegro V. M. B  
Instituto Juvino Barreto- Natal/RN, Brasil.  
dayanna\_campos@hotmail.com

O presente trabalho teve como objetivo avaliar o estado nutricional de idosos em asilo, pois a desnutrição quando não diagnosticada precocemente pode colocar em risco a saúde dos indivíduos. Foram avaliados 65 idosos, de ambos os sexos, residentes no Instituto Juvino Barreto de Natal-RN. Os dados foram coletados durante o mês de julho de 2009. Dos 65 idosos que participaram do estudo, 61,5% (n=40) eram mulheres e 38,5% (n=25) homens. Para a classificação do estado nutricional utilizou-se a Mini avaliação-nutricional (MAN) que compreende o Índice de massa corporal (IMC). O questionário da MAN abrange 18 perguntas agrupadas em 4

categorias: avaliação antropométrica (IMC, Peso, Circunferência do braço e Panturrilha); avaliação geral (estilo de vida, uso de medicamentos, mobilidade, lesões de pele, presença de sinais de depressão); avaliação dietética (número de refeições, ingestão de alimentos e líquidos e autonomia ao se alimentar) e avaliação subjetiva (autopercepção sobre sua saúde e nutrição). Em pacientes acamados que não tinham condições de se levantar, foi realizada aferições da altura do joelho e dobra cutânea subescapular para estimar o peso e a altura por meio de equações específicas para a realização do IMC. Dos 65 avaliados, 49,23% referiram diminuição da ingestão alimentar, 38,46% relataram perda de peso, 52,31% possuíam algum grau de demência, 44,62% haviam passado por estresse psicológico ou doença aguda nos últimos três meses, 16,92% dos idosos tinham dificuldades de alimentar-se sozinhos, 100% realizavam pelo menos três refeições por dia, 9,23% tinham deficiência na ingestão protéica, 21,54% um baixo consumo de frutas. Cerca de 13,85% ingeria menos de três copos de líquido por dia e 40% consumia mais de 5 copos. Os dados obtidos segundo a MAN classificou a maioria (73,84%) com estado nutricional inadequado, com 38,46% desnutridos e 35,38% em risco nutricional, somente 26,16% estavam com estado nutricional adequado. Segundo o IMC 66,15% estavam com estado nutricional inadequado com 49,23% desnutridos e 16,92% em risco nutricional, 16,92% eutrófico, 6,16% sobrepeso e 10,77% obeso. Podemos então concluir que a população em estudo encontra-se com estado nutricional inadequado (tanto na MAN como no IMC). É necessária a detecção precoce, para promover saúde aos indivíduos e impedir complicações decorrentes da desnutrição como: doenças respiratórias e infecciosas, fraturas de quadril, hipotermia, hipoglicemia etc. Então é necessário mais de um método para avaliação nutricional nos idosos, uma vez que só um diagnóstico não é preciso, pois um diagnóstico completo exige a aplicação de um conjunto de métodos e acompanhamento regular.

## MULHERES PÓS-MENOPAUSADAS RECEBENDO TERAPIA HORMONAL OXIDAM MAIS LIPÍDIOS

Nutrição Clínica

Santos RDS\*, Suen VMM, Carvalho FGD, Iannetta O, Marchini JS  
Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto – FMRP/USP, Ribeirão Preto, Brasil

\*Apresentadora do trabalho

**OBJETIVOS:** Investigar o metabolismo energético e a oxidação de substratos no momento basal e pós-prandial de mulheres pós-menopausadas com excesso de peso que usam terapia hormonal (TH) e comparar com as que não usam (sTH). **METODOLOGIA:** Foram estudadas mulheres pós-menopausadas com IMC >25 e <40 kg/m<sup>2</sup>, com e sem uso de TH, recrutadas no Ambulatório Multidisciplinar de Climatério do Hospital das Clínicas HCFMRP/USP e Centro de Saúde Escola (CSE-Cuiabá). O protocolo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Hospital. Antropometria, composição corporal (DXA) e os níveis de estradiol e FSH plasmáticos foram determinados. A taxa metabólica de repouso e o efeito térmico do alimento após 5 horas de uma sobrecarga lipídica única foram medidos (calorimetria indireta). A sobrecarga consistiu em um café-da-manhã com 1230 kcal e 35% de lipídios, aproximadamente. O teste não-pareado e não-paramétrico de Man-Whitney foi usado para comparar os resultados do grupo TH e do grupo sTH. **RESULTADOS:** Vinte e duas mulheres com idade de 55±4 anos, menopausadas há 3±2 anos,

IMC de 30±4 kg/m<sup>2</sup>, 61±4 % de massa magra e 39±4 % de massa gorda. Estradiol plasmático de 50±36 pg/ml e FSH de 53±30 µUI/ml. Os valores basais foram: 1326±208 kcal/d, oxidação lipídica (OxLip) de 0,032±0,015 g/min, e oxidação de carboidrato (OxCh) de 0,162±0,041 g/min para o grupo sTH. Para o grupo TH, os valores basais foram: 1260±166 kcal/d (p=0,40), 0,049±0,014 g/min (p=0,007) e 0,109±0,20 g/min (p=0,014), respectivamente. Os valores pós-prandiais do gasto energético após 30 e 270 minutos para o grupo sTH aumentaram : 1469±204 e 1449±239 kcal/d; 1449±220 (p=0,66) e 1473±204 kcal/d (p=1,0) para o TH. A OxLip aumentou para 0,042±0,013 e 0,056±0,017 g/min para o grupo sTH; 0,064±0,011 (p=0,004) e 0,059±0,017 g/min (p=0,30) para o TH. A OxCh do grupo sTH pós-prandial foi 0,163±0,041 e 0,131±0,035 g/min; e do grupo TH foi 0,105±0,030 (p=0,002) e 0,124±0,057 g/min (p=0,75). **CONCLUSÃO:** Os dados sugerem que, apesar da oxidação de carboidratos ser maior frente a uma sobrecarga lipídica do que a oxidação de gorduras, há um aumento da oxidação lipídica ao longo do período pós-prandial, sendo este aumento maior no grupo recebendo terapia hormonal.

## NITRATOS E NITRITOS EM VEGETAIS E SUA RELAÇÃO COM A SAÚDE HUMANA: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Nutrição Clínica

Autor apresentador: [Nunes, P.](#)<sup>1</sup> Freitas, I. <sup>1</sup>; Moraes, J.<sup>1</sup> Sousa, L.<sup>1</sup> Filho, V.<sup>2</sup> - Curso de Nutrição da Universidade Federal do Maranhão, 2- Doutor em Química Analítica pela Universidade de São Paulo e professor associado I do Departamento de Tecnologia Química, da Pós-Graduação em Química (Mestrado) e Sub-Coordenador do Programa de Controle de Qualidade de Alimentos e Águas - PCQA da Universidade Federal do Maranhão. São Luís, Brasil.

**INTRODUÇÃO:** Os nitratos e nitritos são constituintes naturais das plantas, e a sua principal fonte na dieta humana é proveniente de vegetais. Vários fatores determinam o acúmulo de nitrato em vegetais, tais como tipo, forma e quantidade de fertilizante nitrogenado na estação de cultivo e fatores ambientais como luz, temperatura, umidade e estrutura do solo, bem como agentes de proteção de plantas. **OBJETIVO:** Realizar uma revisão bibliográfica sobre nitratos e nitritos em vegetais e sua relação de consumo com a saúde humana, tendo em vista que a ingestão deste grupo alimentar é consideravelmente recomendada para toda a população. **METODOLOGIA:** A revisão bibliográfica foi realizada utilizando-se base de dados, destacando-se a Scielo (Scientific Electronic Library *Online*), além de artigos, livros e revistas conceituadas acerca do tema em destaque, utilizando-se os unitermos: vegetais, nitritos, nitratos e saúde. **RESULTADOS:** Embora os nitratos sejam aparentemente não tóxicos abaixo do seu limite máximo de resíduo (LMR), podem ser convertidos *in vivo* a nitritos, que por sua vez podem reagir com aminas e amidas para produzir compostos do tipo N-nitroso. Estes têm sido associados a um aumento do risco de câncer gástrico, do esôfago e hepático. Os nitratos são tóxicos quando presentes em altas concentrações, principalmente para os bebês. Neste grupo etário, poderemos correr o risco de elevadas concentrações de nitratos desencadearem a meta-hemoglobinemia infantil, em que o pH estomacal favorece o crescimento de flora bacteriana promovendo a redução de nitratos a nitritos. Os nitritos formados oxidam o Fe<sup>2+</sup> presente na hemoglobina a Fe<sup>3+</sup>, reduzindo a sua capacidade de transporte de oxigênio no sangue. Diversos trabalhos indicam que a formação de compostos N-nitrosos é inibida

por vitamina C e E, e que o alto conteúdo dessas vitaminas em vegetais pode inibir os possíveis efeitos prejudiciais do nitrato. Atualmente, as pesquisas estão se voltando para a desmistificação dos males causados pelo nitrato, surgindo inclusive citações sobre importantes funções do mesmo no organismo humano, principalmente com funções de defesa contra patógenos. Outra evidência contundente é de que o nitrato contido em vegetais não é causador de câncer gástrico, e isso é confirmado na observação da dieta de vegetarianos, que consomem três vezes mais nitrato que onívoros e apresentam menores taxas de mortalidade por câncer gástrico. Além disso, enquanto a incidência mundial de câncer gástrico está em constante declínio, o conteúdo de nitrato na água ingerida e o consumo de vegetais verdes estão aumentando. **CONCLUSÃO:** Os resultados desta revisão mostraram que há grande divergência no que tange o assunto desses compostos com a saúde humana, dessa forma, mais estudos clínicos do papel do nitrato e também do nitrito no organismo humano devem ser realizados, com o propósito de esclarecer se sua ingestão é benéfica ou prejudicial à saúde.

### NÍVEIS DE SATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL PRATICANTES E INSTRUTORES DE MUSCULAÇÃO, LUTADORES E FISICULTURISTAS NA REGIÃO METROPOLITANA DE SALVADOR-BA

Nutrição Esportiva

MENDES, A.C. R.; CAMPOS, H. J.B.C

Departamento de Ciências da Vida – Universidade do Estado da Bahia - UNEB. Departamento de Educação Física. Universidade Federal da Bahia – UFBA. Salvador-BA. Brasil  
Apresentador: Ana Cristina R. Mendes

O tema imagem corporal tem despertado o crescente interesse dos indivíduos na sociedade “moderna” uma vez que cada vez mais, as pessoas têm a associado a sua própria identidade a sua imagem corporal. O conceito de imagem corporal não necessariamente representa o reflexo do espelho, como ressalta a autora: “ter uma boa aparência não significa ter uma imagem corporal positiva; a imagem corporal é, na verdade, um estado de espírito”. Segundo Adami e cols. (2005), a busca de uma imagem corporal, adequada aos anseios estereotipados de corpo é um dos fenômenos mais impressionantes na sociedade atual; existe uma grande influência cultural sobre a imagem do corpo, o que pode criar aspectos distorcidos relacionados ao universo corporal. A imagem corporal é conceituada por diversos autores como sendo o modo pelo qual o indivíduo percebe o próprio corpo e sua relação com o meio, formada a partir de experiências e mensagens que o indivíduo vivencia desde a infância até a morte e que determinam as suas concepções sobre os padrões de estética e comportamento corporal.. Esta pesquisa teve como objetivo analisar a concepção da imagem corporal entre praticantes de musculação em academias de ginástica, atletas fisiculturistas, lutadores e instrutores de musculação na região metropolitana de Salvador-BA, identificando níveis de satisfação com a imagem corporal, níveis de preocupação com a forma física (silhueta) e com a aparência, avaliando o grau de satisfação e auto-percepção da imagem corporal. A amostra envolveu 637 indivíduos adultos, do sexo masculino, praticantes de musculação ou exercícios resistidos, na faixa etária de 18 a 45 anos, residentes da Região metropolitana de Salvador-BA. Foram utilizados 02 instrumentos de avaliação (escalas e questionários auto-aplicáveis): 1) BISQ-22 *Body Image Satisfaction Questionnaire* (Lutter et al,

1990); 2) Escala de Silhueta (Stunkard et al, 1983). A avaliação estatística dos dados foi feita a da *Análise descritiva e exploratória* utilizando o software SPSS - *Statistical Package for the Social Sciences - Release 11.0.* A partir dos resultados obtidos foi possível concluir que mais da metade dos indivíduos pesquisados revelam estar insatisfeitos com a sua imagem corporal; ao se analisar o nível de satisfação com partes específicas do corpo, cerca de 1/3 dos respondentes se consideram satisfeitos em relação aos itens pesquisados. Conclui-se ainda, que os maiores níveis de insatisfação associada a partes específicas do corpo relacionam-se ao abdômen que representa o item referido por 1/3 dos entrevistados.

### NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DE PACIENTES COM EXCESSO DE PESO ATENDIDOS NUMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE DO MUNICÍPIO DE SÃO LUÍS - MA.

Nutrição e Saúde Pública

COSTA, T. D. L.; ALENCAR, J. D.; LIRA, M. R.; MACHADO, S. P

Universidade Federal do Maranhão, São Luís, Brasil.

Apresentador: Thamyris Dayana Lopes Costa

**Objetivo:** O objetivo deste estudo foi investigar o nível de Atividade Física em pacientes com excesso de peso atendidos numa Unidade Básica de Saúde do Município de São Luís. **Metodologia:** Para tanto, foi utilizado o Questionário Internacional de Atividade Física - versão curta (IPAQ), proposto pela Organização Mundial da Saúde (1998). A amostra estudada compreendeu 29 pacientes de ambos os sexos, com idades entre 21 e 69 anos. Para classificar o nível de atividade física dos participantes, foram considerados fisicamente ativos os indivíduos que realizavam ao menos 150 minutos de atividade física semanal e sedentários os que realizavam menos de 10 minutos diários de atividade física. Os indivíduos que relataram realizar atividade física, mas não alcançaram as recomendações propostas, foram considerados insuficientemente ativos. A avaliação antropométrica dos indivíduos foi realizada através das medidas de peso e altura para cálculo do índice de massa corporal (IMC). Com base neste indicador, o estado nutricional dos pacientes foi classificado de acordo com os pontos de corte adotados pela Organização Mundial da Saúde. **Resultados:** Dentre os pacientes estudados, 86,0% era do sexo feminino e 14,0% do sexo masculino. Em relação ao estado nutricional, 69,0% do grupo apresentou obesidade e 31,0% foi diagnosticado com sobrepeso. Quanto à prática de atividade física, o grupo foi classificado em sua maioria (51,7%) como ativo. Os demais não apresentaram prática suficiente de atividade, sendo de 27,6% a prevalência de indivíduos insuficientemente ativos e 20,7% de sedentários. As atividades mais citadas foram: caminhadas (58,6%) e outras atividades consideradas moderadas (58,6), em especial aquelas relacionadas aos serviços domésticos. Entre os fisicamente ativos, o tempo médio gasto com atividade física foi 8,7 horas, enquanto que esses indivíduos passavam em média 10,5 horas sentados por dia. Entre os indivíduos obesos, a prevalência de indivíduos sedentários ou insuficientemente ativos foi de 45,0 %, enquanto entre indivíduos apenas com sobrepeso, este valor foi de 55,5 %. **Conclusão:** O grupo estudado apresentou elevada prevalência de obesidade. Apesar de mais da metade do grupo apresentar-se fisicamente ativo, ainda foi elevada a proporção de indivíduos que têm uma prática de atividade física insuficiente. Considerando a associação do excesso de peso e, especialmente da obesidade, com o desenvolvimento de doenças não transmissíveis, bem como o papel preventivo e terapêutico da

atividade física regular nesses distúrbios nutricionais, o incentivo prática de atividades físicas, bem como a adoção de medidas de apoio, como a criação de ambientes que facilitem este tipo de atividade, deve ser prioridade na assistência a este grupo.

## NÍVEL DE CONHECIMENTO E CONSUMO DIETÉTICO DE ALIMENTOS ANTIOXIDANTES POR PRATICANTES DE ATIVIDADE FÍSICA

Nutrição Esportiva

Teixeira, A. F.<sup>1,\*</sup>; Viana, N. F.<sup>1</sup>; Viana, B. M.<sup>1</sup>; Castro, L. S.<sup>1</sup>; Amorim, A. G.<sup>2</sup>

Universidade Federal do Maranhão / São Luís / Brasil

<sup>1</sup> Graduandas do curso de Nutrição – UFMA.

<sup>2</sup> Professora Dr. Adjunta da Universidade Federal do Maranhão, orientador.

\* Autor apresentador: Adriana Fonseca Teixeira.

**Objetivo:** Avaliar, em frequentadores de academias do município de São Luís-MA, o nível de conhecimento sobre antioxidantes e o consumo dietético dos mesmos. **Metodologia:** Consiste em um estudo transversal, com amostra constituída por frequentadores de academias no município de São Luís-MA. Elaborou-se questionário para avaliação do conhecimento teórico e ingestão de nutrientes antioxidantes, consistindo, respectivamente, em perguntas de múltipla escolha e um Questionário de Frequência de Consumo Alimentar (QFCA) de caráter qualitativo, incluindo 5 opções de frequência de consumo e 44 itens alimentares contendo nutrientes com propriedade antioxidante (â-caroteno, vitamina A, C e E, flavonóides, zinco e selênio). **Resultados:** A amostra foi constituída em sua maioria por homens (63,3%), entre 18 e 76 anos. Com relação ao conhecimento sobre o estresse oxidativo, apenas 9,1% dos participantes relataram saber o que é este fenômeno. Quanto a fontes alimentares de antioxidantes, apenas 25% destes forneceram exemplos corretos. Quanto ao consumo de alimentos fontes de â-caroteno, observou-se um consumo raro ou nulo de melão, manga e couve (90,9%, 84,1% e 81,8% respectivamente). Entre as fontes de vitamina A, destaca-se ingestão frequente de leite (90,9%) e um consumo raro de fígado (63,6%). Quanto às fontes de vitamina C, laranja e limão apresentaram consumo de médio a frequente (59 e 56,9% respectivamente), tomate exibiu frequente consumo (81,8%), enquanto couve-flor (93,2%), tangerina (86,3%), goiaba (81,9%) e abacaxi (81,8 %) tiveram ingestão rara ou nula. Quanto às fontes de vitamina E, verificou-se frequente consumo de óleos vegetais (88,6%) e margarina (72,7%). Já brócolis e soja, fontes de flavonóides, não são consumidas por 77,3 e 68,2% da amostra estudada, respectivamente. As fontes de zinco mais consumidas são carnes e feijão (68,2% para ambas). Dentre as fontes de selênio houve frequente consumo de cereais (93,2%), apesar de 63,7% não consumirem castanha do Pará. Com relação às bebidas com propriedades antioxidantes, apenas café (66%) e sucos de fruta (57%) apresentaram consumo frequente. **Conclusão:** Pode-se perceber que o grupo estudado pouco conhece sobre os efeitos e as fontes alimentares de nutrientes com propriedades antioxidantes e o perfil alimentar apresentou-se inadequado quanto ao consumo de alguns nutrientes antioxidantes destacando-se a necessidade de orientação alimentar em populações fisicamente ativas. Portanto, torna-se evidente a necessidade de informar os frequentadores de academia sobre a importância de uma alimentação variada e equilibrada, para que os alimentos antioxidantes façam parte de seu

dia-a-dia, prevenindo a ocorrência de doenças crônicas não transmissíveis e o envelhecimento precoce.

**Palavras-chave:** antioxidantes; conhecimento; consumo alimentar.

## NÍVEL DE INFORMAÇÃO E CONSUMO DE PRODUTOS DIET E LIGHT POR FREQUENTADORES DE ACADEMIAS EM SÃO LUÍS – MA

Nutrição Esportiva

Viana, N. F.<sup>1,\*</sup>; Teixeira, A. F.<sup>1</sup>; Castro L. S.<sup>1</sup>; Viana, B. M.<sup>1</sup>; Amorim, A. G.<sup>2</sup>

Universidade Federal do Maranhão / São Luís / Brasil

<sup>1</sup> Graduandas do curso de Nutrição – UFMA.

<sup>2</sup> Professora Dr. Adjunta da Universidade Federal do Maranhão, orientador.

\* Autor apresentador: Nataniele Ferreira Viana.

**Objetivo:** Analisar o nível de informação e avaliar o consumo de produtos diet e light por frequentadores de academias em São Luís – MA. **Metodologia:** Estudo de caráter transversal, realizado em academias localizadas no município de São Luís – MA, com alunos de ambos os sexos que aceitaram participar do mesmo. Foram aplicados questionários semi-estruturados que avaliaram o conhecimento, bem como, o consumo e os principais alimentos diet e/ou light utilizados por esse público. Quanto às informações de peso e altura estas foram auto-referidas e realizou-se também aferição da circunferência da cintura dos entrevistados. **Resultados:** A amostra foi composta por 44 pessoas, com idade entre 18 e 76 anos, sendo 63,6% do sexo masculino e 36,4% feminino. Com relação o grau de instrução, verificou-se que grande parte da população analisada (45,4%) completou o ensino médio, enquanto 22,7% possuem ensino superior completo. Quanto à renda averiguou-se que um número expressivo dos entrevistados (47,7%) apresenta renda entre dois e cinco salários mínimos. De acordo com a classificação do IMC, 50% dos entrevistados apresentam-se eutróficos, 36,4% com excesso de peso grau I e 13,64% com excesso de peso grau II, com base na circunferência da cintura encontrou-se que 14,3% dos participantes do sexo masculino e 31,2 % do sexo feminino possuem risco aumentado para o desenvolvimento de doença cardiovascular. Analisando-se o nível de conhecimento deste grupo sobre produtos diet e light, observou-se que 47,7% desconhece a diferença entre esses alimentos, sendo que, dentre os que relataram saber a diferença (52,3%), grande parte não conseguiu descrevê-la (91,3%), o que revela pouco conhecimento sobre o assunto. Os meios de obter informação sobre produtos diet ou light mais citados foram, revistas (38,6%), televisão (35,4%) e internet (31,8%). Dentre os participantes, 45,4% mencionaram consumir algum produto diet ou light, destes 65% o fazem frequentemente, destacando-se como causas desse hábito a preocupação com a saúde (40%) e prescrição médica (20%). Entre os produtos mais consumidos encontram-se o adoçante (55%), leite (50%) e refrigerante (40%). **Conclusão:** Tais dados demonstram que apesar da preocupação com a saúde, muitas pessoas ainda não possuem conhecimento suficiente sobre os produtos diet e light, revelando a necessidade de informações que possam ser mais esclarecedoras para os consumidores em geral, sendo estas veiculadas pelos rótulos ou divulgadas nos meios de comunicação em massa, de forma que possam contribuir para o uso adequado destes produtos.

**Palavras-chave:** informação; diet e light; frequentadores de academia.

**NUTRICIONISTAS NA REGIÃO SUL FLUMINENSE: ATUAÇÃO, FORMAÇÃO E TENDÊNCIAS.**

nutrição e saúde pública

AUTORES: Almeida, S.T.; Leite, M.O.

UBM – Centro Universitário de Barra Mansa, RJ, Brasil.

marilene.leite@ubm.br - Autora apresentadora

O profissional de nutrição vem conquistando espaços e, cada vez mais se inserindo em setores e serviços diferenciados. O objetivo deste trabalho foi verificar o crescimento da área de Nutrição e Alimentação na Região Sul Fluminense através da atuação dos profissionais nutricionistas nas diferentes áreas, e destacar as oportunidades de novos espaços a serem conquistados, os serviços diferenciados e a expansão do mercado de trabalho para o Nutricionista que vem contribuindo cada vez mais para melhoria da saúde e bem estar da população. Trata-se de uma pesquisa exploratória descritiva, realizada de outubro de 2009 a junho de 2010, com 47 profissionais nutricionistas, enviando um questionário via e-mail para diferentes Instituições, abordando as questões: área de inserção do profissional no mercado de trabalho; tempo de atuação na área; ano de formação; jornada média de trabalho; grau de satisfação em relação ao cargo ocupado; dificuldades na aquisição do primeiro emprego após o término da graduação; formas de atualização de conhecimentos profissionais. Como critérios de inclusão, os nutricionistas deveriam estar trabalhando na firma a mais de três meses. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa do UBM. Do total de entrevistados 94% (n = 44) são mulheres e apenas 6% (n = 3) são homens. Em relação à faixa etária, verificou-se que 36% (n = 17) estavam entre 26 e 30 anos, 28% (n = 13) estavam entre 20 e 25 anos, 28% (n = 13) entre 31 e 40 anos e 8% (n = 4) com mais de 40 anos. Quanto ao estado civil, 68% (n = 32) são solteiros, 30% (n = 14) são casadas e 2% (n = 1) viúva. Quanto ao cargo que exercem 20 são nutricionistas, 8 são gerentes de unidades, 6 estão na área de docência, 4 realizam supervisão, 5 são responsáveis técnicos, 2 em consultoria, 1 atenção básica, 1 NASF, 1 coordenação de UAN, 1 administração de contratos, 1 nutricionista de custo e 1 chefe hospitalar. Quando questionados sobre a atividade em conformidade com o cargo em que foi contratado 87% (n = 41) responderam sim e 13% (n = 6) não. Quanto a participação em cursos e treinamento para a atividade que exerce 72,3% (n = 34) afirmaram realizar e apenas 27,7% (n = 13) não realizaram nos últimos 2 anos. Dos 47 nutricionistas que participaram da pesquisa 51% (n = 24) exercem a profissão em mais de uma área de atuação, sendo que a maioria 51% (n = 36) estão atuando em Alimentação Coletiva, 29% (n = 21) em Clínica, 10% (n = 7) em Saúde Coletiva, 8% (n = 6) em Docência e apenas 2% (n = 1) em Nutrição Esportiva. Analisando o tempo total de serviço pode-se observar que 17,5% (n = 8) tem menos de 1 ano, 38% (n = 18) tem entre 1 e 4 anos, 11% (n = 5) entre 4 e 7 anos, 11% (n = 5) entre 7 e 10 anos e 23% (n = 11) mais de 10 anos. Quanto a Instituição de Ensino 87% (n = 41) realizaram sua formação acadêmica em Instituições privadas, 11% (n = 5) em Instituições Federais e apenas 2% (n = 1) em Instituição Estadual. Observou-se que 77% (n = 36) estão atuando na área de sua preferência, mas 17% (n = 8) não estão na área que gostariam, 6% (n = 3) não opinaram. Quanto a satisfação profissional, 79% (n = 37) disseram estar satisfeitos com a profissão e apenas 21% (n = 10) mostram-se insatisfeitos principalmente pelos salários baixos e também pela carga horária que é alta, 48% (n = 21) tem sua jornada de trabalho de mais de 8 horas por dia. Quanto a dificuldade para conseguir o primeiro emprego 62% (n = 29) afirmaram que não tiveram dificuldades em se

inserir no mercado de trabalho. Conclui-se que hoje o mercado de trabalho requer um profissional qualificado e com visão holística. No Estado do Rio de Janeiro concentram 34 Instituições que oferecem o Curso de graduação em Nutrição, sendo que destas 85% são Instituições privadas. Como categoria profissional é uma profissão que caracteriza muito bem o mundo de hoje, em que a preocupação com a qualidade de vida torna-se cada vez maior.

**Palavras - Chave:** área de atuação, formação, nutricionista.**O CONSUMO DE CÁLCIO E SUA INTERCORRÊNCIA NO PERFIL DE SAÚDE DE IDOSAS INSTITUCIONALIZADAS**FERNANDES, E.S.<sup>1</sup>; FACCO, F.S.<sup>2</sup>; BRONDANI, J.E.<sup>2</sup>; FLORES, M.D.<sup>2</sup>, MATTOS, K.M.<sup>3</sup>.

<sup>1</sup> Nutricionista, mestranda do Programa de Pós-graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), Florianópolis – SC, Brasil. E-mail: elenisnutri@hotmail.com. Autora apresentadora do trabalho.

<sup>2</sup> Nutricionista.

<sup>3</sup> Professora Mestre do curso de Nutrição do Centro Universitário Franciscano (UNIFRA), Santa Maria – RS, Brasil. E-mail: karenmattos@unifra.br

O envelhecimento envolve alterações progressivas que ocasionam a carência de nutrientes e aparecimento de patologias que podem acarretar inúmeras seqüelas graves ao organismo. Tendo em vista a relevância destes fatos, a presente pesquisa objetivou verificar o estado nutricional e a ingestão de cafeína e cálcio, por idosas institucionalizadas, da região central do Rio Grande do Sul. A pesquisa teve delineamento transversal com coleta de dados primários, com a participação de idosas de uma Instituição Geriátrica de um município da região central do Rio Grande do Sul, sendo este realizado no período de março a dezembro de 2008. Como critérios de inclusão: idade acima de 60 anos, disponibilidade, assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), conforme as diretrizes e normas da Resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde/Ministério da Saúde (CNS/MS). A pesquisa foi aceita pela Instituição Geriátrica e foi submetida e aprovada pelo Comitê de Ética e Pesquisa do Centro Universitário Franciscano (UNIFRA) com registro número 045.2008.2. Para a coleta de dados, foram efetuadas pelas pesquisadoras entrevistas individuais nas quais aplicou-se uma anamnese alimentar contendo o Questionário de Frequência do Consumo Alimentar (QFCA) adaptado de Fisberg et al. (2005) composto por alimentos fontes de cálcio e cafeína. Realizou-se também a análise dos prontuários para verificação de exames bioquímicos, entrevista com a nutricionista responsável e verificação dos cardápios, bem como avaliação antropométrica por meio do Índice de Massa Corporal (IMC) utilizando-se os parâmetros para idosos conforme Lipschitz, (1994) e medida da Circunferência da Cintura (CC) conforme Organização Mundial da Saúde (OMS, 1998). Para classificação do consumo de cafeína utilizou-se a seguinte classificação: Consumo moderado: 200-300 mg/dia; Excessivo: > 600 mg/dia (FELIPE, et al., 2006). A ingestão de cálcio obtida foi confrontada com as Dietary Reference Intake (DRI) (1997). Para a análise dos dados, elaborou-se um banco de dados no Microsoft Excel 2007 após efetuou-se análise estatística descritiva simples com média, desvio padrão, percentual. Participaram da pesquisa 74 idosas, como resultado para o IMC, a maioria, 36,6% (n=27), apresentou baixo peso, 33,8% (n=25) excesso de peso e 29,6% (n=22) eutrofia. Para a circunferência da cintura foram avaliadas 48

idosas, devido nem todas concordarem com a realização das medidas. Dessas a maioria 52,1% (n=25) apresentou risco substancialmente aumentado para enfermidades cardiovasculares, enquanto que 18,7% (n=9) risco aumentado e 29,2% (n=14) não apresentaram risco. Em relação à prevalência de doenças ósseas nesta pesquisa, foram analisados os prontuários de 74 idosas onde demonstrou que 18,9% (n=14) apresentavam osteoporose, 5,4% (n=4) osteopenia e 75,7% (n=56) não constava no prontuário se apresentava ou não patologia óssea. Quando foi avaliado a ingestão de cafeína e cálcio das 74 idosas, obteve-se o seguinte resultado, média do consumo de cafeína de 18 mg/dia e de cálcio 677,6 mg/dia, estando o consumo de cálcio abaixo da recomendação (1200 mg/dia). Os resultados obtidos mostram a necessidade de uma intervenção e acompanhamento nutricional dessas idosas, buscando amenizar os agravos naturais nessa fase da vida. Para isso, sugere-se estudos que realizem um acompanhamento nutricional e intervenção na alimentação dessas idosas para melhorar sua qualidade de vida e amenizar as doenças provenientes da idade e de uma má alimentação.

**Palavras-chaves:** Idosas; Estado nutricional; Cafeína; Cálcio; Doenças ósseas.

## O IMPACTO DA EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NO COMPORTAMENTO ALIMENTAR DE ADOLESCENTES

Nutrição Saúde Pública

Azevedo, ACG; CARVALHO, MLM. Centro Estadual de Educação Tecnológica Paula Souza- São Paulo – Brasil

**Introdução:** O sobrepeso e a obesidade em adolescentes são fatores de risco para doenças crônicas na idade adulta. O aumento no consumo de alimentos calóricos e o sedentarismo são as causas principais. A educação alimentar pode ser usada como uma ferramenta no tratamento e na prevenção da obesidade, pois pode promover o desenvolvimento de comportamentos e mecanismos que envolvam o indivíduo como um ser responsável e crítico nas suas escolhas. **Objetivo:** Verificar a influência da educação alimentar no comportamento alimentar e no perfil nutricional de adolescentes. **Métodos:** A amostra compreende adolescentes estudantes do Ensino Médio – 40 (grupo experimental- ETEC) e 24 (grupo controle- Escola Estadual) no município de São Paulo, acompanhados de março 2007 a setembro de 2009, pertencentes ao Projeto Educação Alimentar, aprovado pelo Comitê de Ética de Pesquisa da FCM/UNICAMP com o parecer nº 432/2007. Foram utilizados o Índice de Massa Corporal (IMC) e o questionário de frequência alimentar para avaliar o perfil nutricional e o consumo alimentar respectivamente. O grupo experimental participou de oficinas pedagógicas. **Resultados:** Segundo o IMC, não houve mudanças, permanecendo no grupo experimental com 25% da amostra entre sobrepeso e obesidade. Entretanto, durante o segundo ano do acompanhamento houve uma redução para 13%, justamente no período onde as oficinas pedagógicas foram específicas para o grupo, com aspectos informativos e reflexivos. Os dois grupos de adolescentes são sedentários, porém mais acentuada no grupo experimental 59% da amostra não realizam atividade física e no intervalo entre as aulas 56% no grupo controle e 73% no grupo experimental permanecem sentados. O consumo de alimentos diet/light no grupo experimental apresentou uma queda de 10%, visto que no início do estudo eram de 40% dos jovens e ao final 30%, as oficinas pedagógicas informaram sobre a composição desses alimentos e a sua não

obrigatoriedade de uso. Este tipo de alimento era consumido na forma de refrigerantes ou pela existência de algum familiar diabético. A ingestão de refrigerantes no grupo controle é alta, sendo que 56% da amostra consomem entre 5 a 6 vezes por semana até 3 vezes ao dia. Entretanto, no grupo experimental, observa-se um aumento dos jovens que deixaram de consumir, no início do Projeto eram 18% da amostra e ao final 30% não consumiam e 32% dos jovens ingeriam apenas aos finais de semana. As oficinas pedagógicas procuraram incentivar o consumo de suco de frutas em substituição ao refrigerante. A ingestão de suco de frutas apresentou um aumento de 13%, principalmente na forma “caixinha” pela facilidade de transporte. Alimentos como frutas, verduras e legumes que frequentemente apresentam um baixo consumo na adolescência, no grupo experimental apresentou um incremento da ingestão diária durante o projeto: frutas 4%, verduras 28% e de legumes 30%, sendo que no grupo controle houve um declínio no consumo. As oficinas pedagógicas procuraram envolver os adolescentes na confecção de preparações utilizando esses grupos de alimentos, incentivando a degustação e associando as informações sobre os benefícios apresentados pelo consumo dos mesmos. O envolvimento do jovem no processo de educação alimentar e nutricional leva a resultados promissores, pois ele se sente parte efetiva da mudança e não um mero espectador. **Conclusão:** O aumento na ingestão de frutas, verduras e legumes no grupo experimental demonstra que as oficinas pedagógicas podem ser o fator influenciador e motivador para mudanças no comportamento alimentar. Não houve mudanças no perfil nutricional, porém as modificações no consumo alimentar podem levar em longo prazo a sua ocorrência.

## O PAPEL DA NUTRIÇÃO NA REABILITAÇÃO DE IDOSOS COM DPOC

Nutrição Clínica

Autoras: SILVA, A.; PEREIRA, D.; ABREU, M.; MATSUMOTO, N.; MENDES, F.

Autor que vai apresentar o trabalho: SILVA, A.

**Objetivo:** O objetivo deste trabalho é apresentar uma revisão da literatura sobre a importância da nutrição na reabilitação de idosos com DPOC. **Metodologia:** Levantamento bibliográfico de artigos nacionais e internacionais publicados nos últimos oito anos a partir das principais bases de dados em saúde pública: MEDLINE e LILACS. **Resultados:** A doença pulmonar obstrutiva crônica (DPOC) é caracterizada pela limitação do fluxo aéreo devido sua obstrução associada a uma resposta inflamatória anormal dos pulmões. Nos idosos a prevalência de doenças crônicas como a DPOC é maior devido às mudanças morfológicas e funcionais inerentes a senescência, juntamente com a exposição prolongada aos fatores de risco. As exacerbações da DPOC predispõe o idoso à subnutrição energético-protéica que é um efeito extra-pulmonar e pode intensificar os sintomas da doença piorando o prognóstico do paciente. Sendo assim, o acompanhamento nutricional integral constituído pela avaliação nutricional, terapia nutricional com indicação de suplementação, orientação e educação nutricional favorecem a reabilitação global do idoso. **Conclusões:** A intervenção nutricional apresenta um papel fundamental na adesão do paciente às terapias aplicadas na reabilitação pulmonar por contribuir na promoção da melhora da capacidade respiratória, tolerância ao exercício e qualidade de vida.

## ORIENTAÇÃO ALIMENTAR DESTINADA AOS PARTICIPANTES DO PROJETO “AÇÃO GLOBAL 2010”, NO MUNICÍPIO DE BARCARENA-PA.

Nutrição e Saúde Pública

TUMA, R.B.<sup>1</sup>; DA SILVA, A.C.M.<sup>1</sup>; DA SILVA, E.B.<sup>2</sup>; PARAGUASSU, A.L.S.<sup>3</sup>; MACIELA, P.<sup>3</sup>.

Universidade Federal do Pará.

Autor apresentador: Rahilda Brito Tuma

**OBJETIVOS:** - Oferecer atendimento dietético individualizado, de acordo com o ciclo de vida, o sexo e o estado nutricional; - Oportunizar ao aluno de Nutrição convívio com a realidade regional, na sua futura área de atuação profissional; - Favorecer a interação entre o conhecimento teórico e a prática da orientação nutricional desenvolvida pelo nutricionista no âmbito da saúde coletiva, durante a participação no projeto “Ação Global 2010”, no Município de Barcarena-PA. **METODOLOGIA:** Foram desenvolvidas as seguintes atividades: 1- preliminares: seleção de alunos; elaboração de 2 folder sobre alimentação saudável (crianças e adultos); treinamento para a padronização do atendimento dietético (conforme ciclo de vida e estado nutricional); treinamento para utilização de material de saúde e educação alimentar (Conselho Federal de Nutricionistas, Ministério da Saúde); 2- no dia do evento: organização do espaço físico (stand da Nutrição); definição da logística do atendimento ao público (demanda espontânea); atendimento à demanda; elaboração de relatório e estatística do atendimento. **RESULTADOS:** Foram confeccionados dois folder's sobre alimentação saudável, sendo um destinado a crianças e outro destinado a adultos. O atendimento abrangeu 196 pessoas das quais cerca de 74% eram do gênero feminino e 26% do masculino. Dentre esses, 53% apresentaram peso acima do normal e aproximadamente 55% relataram algum tipo de distúrbio nutricional (anemia, diabetes, hipertensão, dislipidemia, etc). Na ocasião foram utilizados os folder's elaborados pela equipe e outros materiais de saúde e educação alimentar produzidos pelo Conselho Federal de Nutricionistas e pelo Ministério da Saúde. **CONCLUSÃO:** As estratégias educativas na área de saúde coletiva podem ser executadas em qualquer ambiente que disponha de infra-estrutura mínima e que possibilite o contato do nutricionista com a população. Eventos como a Ação Global, de abrangência nacional, constituem importante oportunidade de colocar os alunos de nutrição frente a frente com os principais problemas nutricionais, possibilitando assim a utilização prática dos conhecimentos obtidos na sala de aula, além de mostrar a importância do nutricionista como formador de opinião e como elemento de destaque no resgate da saúde e cidadania.

## OS BENEFÍCIOS DAS REFEIÇÕES COMPARTILHADAS

Nutrição e Saúde Pública

Lion, R1; Wit, P1; Dinh, V1; Arkesteijn, L1; Cassar, R2; Leone, M 2 & Alvarenga, M3

<sup>1</sup> Unilever R&D, Vlaardingen, Holanda

<sup>2</sup> Unilever Brasil, São Paulo, Brasil

<sup>3</sup> GENTA – Grupo de Estudos em Nutrição e Transtornos Alimentares, São Paulo, Brasil

Unilever, São Paulo, Brasil

Autora que apresentará o trabalho: Maria Carla Leone

### 1. Introdução

Refeições compartilhadas em família têm sido associadas a benefícios

que vão desde a qualidade da dieta até a melhora na performance escolar, segundo pesquisas realizadas principalmente nos Estados Unidos (Neumark-Sztainer et al., 2003; Fiese & Schwartz, 2008). Os objetivos deste trabalho são: explorar os benefícios associados ao aumento da frequência e qualidade de refeições compartilhadas no Brasil e avaliar a validade de um estudo de intervenção.

### 2. Métodos

**Participantes:** vinte e seis mulheres; idade: 30-50 anos; classes: ABC; moram com companheiro e filho adolescente (12-16 anos) na região da grande São Paulo. Realizam dois ou menos jantares compartilhados em família durante a semana.

**Intervenção (4 semanas):** Aumentar em pelo menos 2 jantares compartilhados em família, sem distrações (TV e celulares desligados), por semana, por quatro semanas.

**Seleção de participantes:** Vinte mulheres foram selecionadas aleatoriamente para entrevistas individuais semi-estruturadas.

### 1. Resultados

A intervenção foi percebida como bem-sucedida. As famílias ficaram surpresas com o impacto positivo dos jantares compartilhados:

- Transpor as barreiras foi mais fácil do que o esperado;
- Conversar com uns com os outros não é difícil, e sim divertido;
- Em 4 semanas, sentiram mudanças positivas na vida familiar;
- Pretendem continuar com as refeições compartilhadas após o período de intervenção.

### 2. Conclusões

Os benefícios das refeições compartilhadas em família são também vivenciados em outras culturas, além da americana. Realizar um estudo de intervenção – aumento das refeições compartilhadas em família em 4 semanas – é realista e possível.

As pessoas precisam de um estímulo externo para começar a mudar a frequência dos jantares compartilhados em família – uma vez que experimentam a mudança, o comportamento em si torna-se gratificante

## PADRÃO ALIMENTAR E PERFIL ANTROPOMÉTRICO DOS ALUNOS DA FACULDADE DE CIÊNCIAS APLICADAS/UNICAMP CAMPUS LIMEIRA BRASI.

Nutrição e Saúde Pública

Apresentação: Mayara Lilian Paulino Miranda.

Autores: Miranda M. ; Fischer, A. ; Lana, C.; Fante T. ; Borin, J.; Antunes, A.

Alterações observadas na composição corporal de adolescentes podem ser reflexo de más escolhas alimentares, podendo resultar tanto em obesidade como em déficit nutricional. O presente trabalho objetivou analisar esse grupo etário, de modo a traçar um perfil nutricional dos estudantes da Faculdade de Ciências Aplicadas/UNICAMP e posteriormente fazer um trabalho de intervenção. O estudo avaliou uma amostra de 191 alunos dos diversos cursos da instituição, por meio da coleta de medidas antropométricas: peso e altura, circunferências da cintura e quadril. Além disso, um inquérito alimentar foi aplicado aos estudantes, visando comparar consumo alimentar e recomendação dietética utilizando-se como padrão a Pirâmide Alimentar Brasileira. Foi calculado o Índice de Massa Corporal (IMC) expresso em kg/m<sup>2</sup>, e a relação cintura/quadril. Observou-se em relação ao IMC que 25% dos alunos do sexo masculino e 10% do sexo feminino apresentaram sobrepeso/obesidade. Por meio da relação cintura/quadril, verificou-se que 20,4% das mulheres e 6,8% dos homens apresentaram valores indicativos de adiposidade

abdominal, o que eleva risco de doenças cardiovasculares. Com o inquérito alimentar foi possível observar a baixa ingestão de alimentos pertencentes ao grupo das frutas, folhas e hortaliças, e grande ingestão de doces, especialmente por parte da população feminina da faculdade. Ressalta-se que muitos dos alunos acima ou abaixo do peso ideal não concordaram em participar do estudo. Conclui-se, portanto, que parte da comunidade de alunos apresenta alimentação inadequada e está fora do peso ideal e com acúmulo de gordura na região do abdômen, aumentando risco de incidência de doenças crônicas não transmissíveis.

### PAINEL DE ALIMENTOS COMO INSTRUMENTO PARA ATIVIDADES DE EDUCAÇÃO NUTRICIONAL COM ADULTOS ATENDIDOS EM UNIDADES DE SAÚDE NO MUNICÍPIO DE UBERABA- MG.

nutrição e saúde pública

Autores: Patriota, PF; Dovichi,SS;Silva,MC.

Instituição: Universidade Federal do Triângulo Mineiro, Uberaba, Brasil.

Autor apresentador: Pollyanna Fernandes Patriota

**Objetivo:** orientar aos participantes de um grupo de educação nutricional em unidades de saúde da família, no Município de Uberaba-MG, quanto às escolhas alimentares através de um painel de alimentos contendo os alimentos industrializados mais consumidos e suas respectivas composições de sódio, gordura e açúcares.

**Metodologia:** através de inquérito alimentar do dia alimentar habitual foram identificados os alimentos industrializados mais consumidos pelo público-alvo. A composição dos teores de sódio, gordura total e açúcar foram registrados tendo como fontes de pesquisas a tabela TACO e os rótulos das embalagens dos produtos. O painel de alimentos foi construído por alunos do curso de graduação em nutrição que fazem parte do grupo de produção de material educativo para atividades de educação nutricional da Universidade Federal do Triângulo Mineiro, utilizando-se MDF contendo imagens com a face anterior imantadas para poderem fixar no painel. Os conteúdos de sódio, gordura e açúcar foram representados por potinhos e vidros contendo, respectivamente, sal de cozinha, gordura vegetal hidrogenada e açúcar refinado. Os participantes são estimulados a relacionar os potinhos de vidros com as imagens dos alimentos. O educador em nutrição apresenta as correções, pois frequentemente os participantes se confundem e ficam surpresos com os resultados obtidos e sensibilizados quanto à necessidade de reduzir o consumo diário desses alimentos. As falas são registradas para análise dos resultados obtidos. Ao final dessa dinâmica o educador apresenta, em discurso dialogado, as repercussões de um hábito alimentar com grande quantidade desses alimentos na saúde do indivíduo a curto, médio e longo prazo.

**Resultados:** É notória a sensibilização dos participantes que se confundem quanto à associação dos alimentos e sua composição em sódio, gordura e açúcares e ficam surpresos com os resultados obtidos e preocupados quanto à necessidade de reduzir o consumo diário desses alimentos. Podemos verificar essa sensibilização na fala de alguns participantes, descritos abaixo:

V.C.S ( paciente com hipertensão, 44 anos, sexo feminino): “ Nossa, eu não sabia que biscoito doce tinha sódio...como pode...se não é salgado? “

M.C.T. ( paciente com sobrepeso, 32 anos, sexo feminino): “Eu

nunca mais como tanto biscoito recheado...agora vou pensar duas vezes...depois que descobri que tem gordura.”

R.F.D.S ( paciente com obesidade, 29anos, sexo masculino ) : “ Toda vez que eu quiser comer dessas coisas aí...eu vou sentir até o gosto de gordura na boca...rs...só de imaginar esses potinhos...”

**Conclusão:** A produção de material educativo para esta atividade de educação nutricional representou uma forma eficiente na construção do aprendizado pelos participantes, bem como proporcionou uma melhor visualização do conteúdo programático abordado.

### PANORAMA NUTRICIONAL DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES PERTENCENTES DE UMA ESCOLA MUNICIPAL NA CIDADE DE VITÓRIA DA CONQUISTA BAHIA

Nutrição e Saúde Pública

LEBRÃO, Renata Lacerda<sup>1</sup>; D'ANTONIO, Fábio Marinho<sup>2</sup>; BARBOSA, Ismael Damacena<sup>1</sup>; CAMPOS, Leticia Figueredo<sup>1</sup>; SILVA, Mariana Lima<sup>1</sup>; CARVALHO, Ivete Sampaio Santos<sup>1</sup>; GOMES, Livia Sena<sup>1</sup>; SILVA, Daiane Caires<sup>1</sup>.

<sup>1</sup>Academicos do Curso de Nutrição – Faculdade de Tecnologia e Ciências.

<sup>2</sup> Docentes da FTC – Faculdade de Tecnologia e Ciências.

Apresentador do trabalho: Ismael Damacena Barbosa.

**Objetivo:** Verificar o panorama nutricional de crianças e pertencentes a uma escola municipal de Vitória da Conquista – BA. **Metodologia:** Estudo Transversal, realizado em uma escola Municipal de Vitória da Conquista - BA. A amostra constituída por 165 indivíduos com idades compreendidas entre 05 a 16 anos, de ambos os gêneros sendo 83 (53,3%) do gênero feminino com média de idade (10 ± 2,8) e 82 (52,7%) do gênero masculino com média de idade (15 ± 2,8). A avaliação antropométrica foi realizada no período de Julho de 2010. Na avaliação antropométrica, mensurou-se o peso corporal (kg) em uma balança do tipo plataforma da marca Filizolla, com precisão de 0,1 kg para peso e 0,1 cm para altura, com variação de 0,1 kg e capacidade de até 150 kg. Para a classificação do estado nutricional utilizaram-se os parâmetros P/E, E/I e (IMC, em kg/m<sup>2</sup>). A mensuração dos dados foi inserida num gráfico padrão proposto pela NCHS (National Center of Health Statistics, USA), individualizado por idade e sexo. As avaliações do estado nutricional tomam como referência as medidas constantes no Percentil 50 das curvas e tabelas, e os cálculos são feitos a partir destas. Foi assinado um termo de Consentimento Livre e Esclarecido, conforme resolução nº 196/96. **Resultados:** Analisando os dados do referente estudo constata-se, que no gênero masculino 7,3% apresentavam Desnutrição Pgressa, 59,7% Eutrofia, 24,3% Sobrepeso e 8,5% Obesidade. Já no gênero feminino 3,6% Desnutrição Atual ou agudo, 3,6% Desnutrição Pgressa, 68,7% Eutrofia, 20,5% Sobrepeso, e 3,6% Obesidade. **Conclusão:** Com base nas dificuldades encontradas na organização do banco de dados, acredita-se que sejam necessários estudos avaliando a confiabilidade das informações sobre as mensuração das medidas antropométrica e classificação do estado Nutricional. Portanto, os resultados da avaliação Nutricional sinalizam para a tendência, já apontada em estudos nacionais, de menores taxas de desnutrição e elevação do sobrepeso na infância, alertando para o chamado da Transição Nutricional.

**Palavras chave:** Estado Nutricional, Avaliação Antropométrica.

## PAPEL DA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL EM CRIANÇAS DE UMA ESCOLA PARTICULAR DE VITÓRIA DA CONQUISTA-BA

Nutrição e Saúde Pública

SAITO, Verônica de Sousa Takashi<sup>2</sup>; D'ANTONIO, Fábio Marinho<sup>2</sup>; CASTRO, Eliane Maria Paim Tianeze; ARAÚJO, Jeane Vieira.

<sup>1</sup> Acadêmico do Curso de Nutrição da FTC – Faculdade de Tecnologia e Ciências

<sup>2</sup> Docentes da FTC – Faculdade de Tecnologia e Ciências.

Apresentador do trabalho: Eliane Maria Paim Tianeze de Castro

A eficácia de um programa educativo de educação nutricional pode contribuir para a promoção de práticas alimentares saudáveis. Por isso o objetivo deste estudo é mostrar a importância da Educação Nutricional para os discentes de uma escola particular de Vitória da Conquista - BA através da aplicação de recursos pedagógico-nutricionais de estímulo à adoção de hábitos alimentares saudáveis.

**Métodos:** Foi realizado um estudo longitudinal, em escola particular, cursando o ensino fundamental I (1º a 5º) série entre março a junho de 2009, desenvolvido por discentes do curso de nutrição. O cálculo amostral compreendeu um total de 118 crianças. A intervenção nutricional educativa constou de aulas abordando diversos temas utilizando recursos pedagógico-nutricionais. Ao final, foram enviados para os pais questionário que abordou questões sobre o comportamento do seu filho quanto à alimentação. As mudanças de comportamento foram analisadas considerando as respostas dos pais quanto aos novos hábitos alimentares dos escolares.

**Resultados:** Os dados analisados permitiram avaliar que, segundo as respostas dos pais, em relação às mudanças nos hábitos alimentares dos filhos, 73% houve mudanças e 27% não. De acordo com o que foi transmitido em sala de aula 99% foi comentado e 1% não. Já para as mudanças da cantina da escola 100% relataram de grande importância. No que tange sobre a inserção do nutricionista na escola 100% descreveram como muito importante. **Conclusão:** A modificação das práticas alimentares e as modificações do estilo de vida como estratégia de combate às deficiências nutricionais na população, especialmente em crianças é de extrema importância podendo ser objeto de reflexão para que as ações educativas propostas possam se tornar elemento efetivo de transformação de hábitos alimentares inadequados.

**Palavras chave:** Educação Nutricional; hábitos alimentares.

## PARÂMETROS NUTRICIONAIS E METABÓLICOS DURANTE O PRIMEIRO ANO DE TRANSPLANTE RENAL

Nutrição Clínica

Caron-Lienert<sup>1</sup>, RS; Figueiredo, AE<sup>1</sup>.

Hospital São Lucas da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul

Porto Alegre – Brasil

Autor que apresentará o trabalho: Rafaela Siviero Caron Lienert

**Objetivo:** Avaliar as alterações de peso e de marcadores bioquímicos após transplante renal (TX). **Metodologia:** Através de um estudo retrospectivo, observacional e descritivo, desenvolvido na Unidade de Nefrologia de um hospital universitário de Porto Alegre, foram avaliados registros de antropometria e marcadores bioquímicos feitos em prontuário de 41 adultos submetidos a TR durante um ano após o procedimento, a partir do TR (T0), aos 3 meses (T3) e 1 ano após o procedimento (12). **Resultados:** Valores de Índice de Massa

Corporal (IMC) foram estatisticamente diferentes em T0 e T12 (23,60±4,73 vs. 25,31±4,96,  $P < .001$ ) e T3 ( $P < 0.05$ ). Antes dos TR foi encontrado 8,82% de obesidade e após 1 ano 17,65%. A média de ganho de peso foi 8,3% durante o primeiro ano após TR. Foi observado que 5 (14%) dos receptores apresentaram perda ou manutenção do peso pré-TX e 32 (87%) apresentaram algum grau de ganho de peso. As dosagens de colesterol séricas mostraram-se significativamente reduzidas quando comparadas o primeiro e o Segundo sementes pós-TR ( $P = .041$ ). Os níveis de glicose começaram a reduzir significativamente em T9 ( $P < .05$ ) e mantiveram-se em queda até T12 ( $P = .039$ ). Os demais marcadores bioquímicos avaliados não mostraram diferença significativa durante o período analisado. **Conclusões:** Os resultados mostram que há aumento de peso após o primeiro ano após TR, modificando a classificação do IMC dos pacientes. Mais estudos são necessários para entendermos os mecanismos envolvidos neste ganho de peso e nas mudanças metabólicas após TX para buscarmos estratégias efetivas no manejo nutricional, a fim de promover benefícios a esta população.

## PERCEPÇÃO DA AUTO-IMAGEM CORPORAL COMO INFLUENCIA SOBRE A QUALIDADE DA ALIMENTAÇÃO.

Nutrição Esportiva

MONTEIRO, M.R.P.; ARAÚJO, A.M.M.; BRAGA, C.F.; SILVA, R.R. Universidade Federal de Minas Gerais. Belo Horizonte, MG- Brasil. MONTEIRO, M.R.P.

**Objetivo.** O Objetivo do estudo foi verificar a associação entre a satisfação da imagem corporal e a qualidade da ingestão alimentar em praticantes de atividade física. **Metodologia.** Trata-se de um estudo transversal, realizado em 179 praticantes da modalidade esportiva Water Bike que foram convidados a participar da pesquisa por meio da assinatura do termo de consentimento Livre e Esclarecido quando atendidos pela equipe de nutrição na primeira consulta. O presente estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Minas Gerais. Os indivíduos foram submetidos a uma anamnese composta de informações relacionadas aos dados sócio-econômicos, prática de atividade física, percepção corporal, hábitos alimentares e recordatório alimentar de 24 horas. Para avaliação da percepção da imagem corporal foi utilizada a escala de silhuetas proposta por Stunkard et al, que representa um *continuum* desde a magreza (silhueta 1) até a obesidade (silhueta 9). Para avaliar o consumo alimentar foi aplicado o recordatório de 24 horas. Todos os alimentos ingeridos foram convertidos e contabilizados em porções. Estas foram categorizadas dentro das faixas de referência ideal de ingestão para cada um dos grupos alimentares da Pirâmide Alimentar Brasileira para Adultos. Para análise estatística foi utilizado o programa SPSS, e realizado o teste qui-quadrado para associações das variáveis categóricas sobre estado nutricional, imagem corporal e adequação do consumo alimentar segundo a Pirâmide alimentar. **Resultados.** Do total da população estudada 89% eram do sexo feminino, 61% estavam na faixa etária dos 18 aos 30 anos de idade, 84% eram estudantes do 3º grau ou pessoas que já haviam concluído curso superior e 56% apresentavam uma renda familiar de cinco ou mais salários mínimos. A frequência mais comum da prática de atividade física foi 3 vezes por semana, representando 42,46% das respostas. Os grupos alimentares pertencentes à Pirâmide Alimentar Brasileira para Adultos que

apresentaram os menores valores de inadequação foram os grupos das carnes, óleos e cereais com 30,72%, 34,64% e 46,37% de frequência, respectivamente. Já os grupos das leguminosas, frutas, leites e hortaliças foram os que apresentaram os maiores percentuais de inadequação, com 54,75%, 74,30%, 79,89% e 86,03%, respectivamente. Quanto ao formato de corpo mais desejado, a silhueta de escala 3 e 2 apresentaram os maiores percentuais de escolha, totalizando 72% dos indivíduos da pesquisa. Já as silhuetas mais apontadas como sendo as que mais se assemelhavam com o formato do próprio corpo, foram de escala 4 e 5, com 36,31% e 24,58%, de escolha respectivamente, representando 60,89% dos indivíduos. As associações de interesse foram feitas relacionando-se consumo alimentar com as escalas de silhuetas mais apontadas como desejada, com as que representavam a forma do corpo e com a faixa de satisfação ou insatisfação da imagem corporal, definida pela escala de Stunkard et.al. O indicador de insatisfação ou satisfação para a escala de silhuetas de Stunkard apresentou as mesmas tendências em relação aos percentuais de adequação e inadequação da ingestão dos grupos alimentares. O grupo dos satisfeitos obteve maior número de grupos adequados de acordo com a Pirâmide Alimentar Brasileira, além disso, apresentou maior percentual de adequação para o grupo das hortaliças, carnes, leguminosas, açúcares e óleos, entretanto, não houve diferença estatística entre os grupos. **Conclusão.** A partir da análise dos dados pôde-se concluir que não houve associação entre a satisfação da imagem corporal e a qualidade da ingestão alimentar em praticantes de atividade física da modalidade Water Bike. Palavras-chaves: Imagem corporal, consumo alimentar, praticantes de atividade física

### PERCEPÇÃO E SATISFAÇÃO DA IMAGEM CORPORAL DE ADOLESCENTES E A RELAÇÃO COM O SEU PERFIL NUTRICIONAL

Nutrição Clínica

FUNAYAMA, A.L.; ZANCHIN, I.F.; ZANQUETTA, I.; BATTILANI, C.S.; TURCHETTO, F.P.M.; ROSSETO, F.P.F.; CESUMAR – Centro Universitário de Maringá, Maringá – Paraná – Brasil.

**Objetivo:** Avaliar a percepção da imagem corporal de adolescentes, bem como compará-las com seu perfil nutricional. **Materiais e métodos:** Participaram 100 adolescentes de ambos os sexos, na faixa etária de 10 a 19 anos. Foram coletadas informações antropométricas (peso e estatura), após a coleta foi realizado o cálculo de índice de massa corporal (IMC). A percepção da imagem corporal foi obtida por auto-avaliação, com o uso de uma escala de silhuetas padronizada, e para análise da satisfação corpórea, foi aplicado um teste de auto preenchimento contendo 34 perguntas. **Resultados:** Ao avaliar o estado nutricional observou-se a prevalência de eutrofia tanto para o sexo masculino (60%) como para o sexo feminino (76%). Com relação a auto percepção da imagem corporal 65% apresentaram uma percepção de eutrofia. A percepção foi mais comprometida nas meninas do que nos meninos, mesmo estando eutróficas. A relação entre a percepção e a satisfação corporal, demonstrou significância para insatisfação moderada e grave com percepção de sobrepeso e obesidade, sendo que dos 11 adolescentes, 10 eram meninas. Dos adolescentes sem insatisfação, 76% se declaravam em eutrofia. **Conclusão:** Houve um número relativamente alto de insatisfação corporal, sendo esta maior nas meninas.

### PERCEPÇÕES DE MÉDICOS E ENFERMEIROS SOBRE A IMPORTÂNCIA DA INSERÇÃO DO NUTRICIONISTA NA ATENÇÃO BÁSICA À SAÚDE NA CIDADE DE BLUMENAU-SC.

Saúde Pública

UNIVERSIDADE REGIONAL DE BLUMENAU -FURB / BLUMENAU – SC / BRASIL

Autores: <sup>1</sup> NEIS, M.; <sup>2</sup> MARTINS, MONALISA (apresentadora); <sup>3</sup> BERTIN, R. L.

A Atenção Básica caracteriza-se por um conjunto de ações de promoção, prevenção e assistência à saúde, sob forma de trabalho em equipe, dirigidas a populações de territórios bem delimitados com o propósito de resolver os problemas de saúde de maior frequência e relevância. **Objetivo:** A presente pesquisa teve como objetivo verificar a importância da inserção do nutricionista na atenção básica à saúde na visão de médicos e enfermeiros das ESFs de Blumenau-SC. **Metodologia:** A trajetória metodológica ocorreu com a aplicação de um formulário de coleta de dados, composto por três perguntas abertas relacionadas à inserção do nutricionista, o qual foi aplicado a 11 profissionais da saúde, sendo cinco médicos e seis enfermeiros. A análise dos dados foi realizada com base na análise de conteúdo proposta por Minayo (1994). **Resultados:** As perguntas norteadoras deram origem às categorias: importância do nutricionista na atenção básica à saúde, ações de nutrição na ESF sob a ótica de médicos e enfermeiros, atuação dos profissionais frente à demanda por atendimento e orientação nutricional, enquanto a análise dos discursos elencou as subcategorias. Observou-se que para os profissionais, a inserção do nutricionista na atenção básica é importante para que de forma multidisciplinar seja prestada assistência ao usuário bem como, possui atuação imprescindível na educação em saúde e prevenção de doenças relacionadas à alimentação. A maioria dos entrevistados relatou insegurança para abordar questões alimentares, preferindo quando possível o encaminhamento do usuário a atendimento especializado. **Conclusões:** conclui-se que na percepção dos médicos e enfermeiros que participaram deste estudo a inserção do nutricionista é fundamental para que seja possível avançar na integralidade do cuidado e apontam o nutricionista como profissional necessário na reorganização do modelo de atenção a saúde, ou seja, na transição de um modelo assistencialista para o de promoção à saúde e prevenção de doenças. Palavras chave: Nutricionista; Nutrição; Saúde coletiva; Atenção Básica.

### PERFIL ALIMENTAR E ESTADO NUTRICIONAL DE GESTANTES DE UMA ENTIDADE FILANTRÓPICA DE FRANCA-SP

FEEDING PROFILE AND NUTRITIONAL STATE OF PREGNANTS FROM A PHILANTHROPIC ENTITY FROM FRANCA-SP

Nutrição e Saúde Pública

PINTO, N. P.; NOGUEIRA, A. E. G.; SILVEIRA, L. G.<sup>1</sup>; MANOCHIO, M. G. Universidade de Franca - Franca - São Paulo – Brasil  
Apresentadoras: Natália Pessini Pinto, Ana Elisa Gomes Nogueira e Ludimila Guilherme Silveira

A restrição alimentar no período onde ocorre uma maior demanda energética pode ocasionar consequências negativas ao feto, pois o crescimento fetal adequado ocorre somente quando a gestante é capaz de acumular reservas corporais extras. O presente estudo

caracteriza-se como transversal, teve como objetivo identificar o perfil alimentar e o estado nutricional de gestantes, sendo que a população foi composta por 18 mulheres, participantes do curso de gestantes da Entidade Espírita Sebastiana Barbosa Ferreira, do município de Franca, São Paulo. As informações foram obtidas através da aplicação do protocolo e coleta de dados antropométricos (peso, estatura e dobra cutânea tricipital). Os resultados encontrados neste estudo indicam que 11% das gestantes que iniciaram a gestação em eutrofia, não conseguiram manter seu estado nutricional evoluindo para baixo peso e 11% das gestantes que iniciaram a gestação em sobrepeso evoluíram para obesidade. A qualidade da dieta encontrada mostrou-se inadequada onde 33% das gestantes estudadas relatam ingerir diariamente refrigerantes e doces pelo menos em uma refeição ao longo do dia. A composição química das dietas habituais mostrou que 33% das gestantes estudadas apresentam dieta, hipoglicídica, hiperlipídica e hiperproteica e 56% gestantes apresentam dieta hipocalórica. Devido a essas distorções alimentares encontradas, destaca-se a importância da intervenção nutricional e da prática de atividade física as quais auxiliam diretamente na melhoria ou manutenção do estado nutricional gestacional e hábitos alimentares. Com isso o acompanhamento de multiprofissionais durante o pré-natal se torna extremamente importante, auxiliando na melhora do estilo de vida da gestante e no crescimento e desenvolvimento fetal.

**Palavras-chave:** Nutrição Gestacional; Estado Nutricional; Perfil Alimentar.

**ABSTRACT** - *The alimentar restriction durin the period when a bigger demand of energy ouccours might cause negative consequences to the fetus, because the appropriate fetal growth occurs only when the pregnant is capable of accumulate extra corporal reservations. The present study is characterized as transversal, it had as objective to identify the feeding profile and the nutritional state of the pregnants, considering that the popularion was composed by 18 women, taking part of the course for prenants offered by the spiritist organization: "Sebastiana Barbosa Ferreira" , from the city of Franca, state of São Paulo. The information was obtained through the application of the gathering of antropometric data protocol (weight, heightd , tríceps skinfold). The results found at this study indicates that 11% of the pregnants who began the pregnancy in eutrophy did not mantain their nutritional state evolving to low weight and 11% of the pregnants Who began the pregnancy in overweight evolved to obesity. The quality of the diet found showed inadequate, 33% of the pregnants studied informed to daily ingest soft drinks and sweets at least during one of the meals. The chemical composition of the daily diets showed that 33% of the pregnants studied presented hypoglycemic, hyperlipidic and hyperproteic diets and 56% of the pregnants presented hypocaloric diet. Because of the feeding distortions found , the importance of the nutritional intervention and physical exercices are highlighted as they directly help on the improvement or even maintenance of the nutritional state and feeding habits. With that the accompaniment of multi-professionals during the pregnancy becomes extremely importante, helping improving the lifestyle of the pregnant and on the growth and development of the fetus.*

**Key-words:** Gestation Nutrition, Nutritional State, Feeding Profile

## PERFIL ALIMENTAR E NUTRICIONAL DE FUNCIONÁRIOS DE UMA PENITENCIÁRIA

Nutrição e Saúde Pública

**Autores:** Schneider, V. C.\*; Carvalho, S. A. T.; Pereira, C. A. M.; Magalhães, P.;

Centro Universitário Central Paulista – São Carlos/SP – Brasil

**Objetivo:** O presente trabalho investigou a prevalência de obesidade, acúmulo de gordura abdominal e avaliação do consumo alimentar juntamente com um plano de atividades voltadas para a educação alimentar, em uma amostra de 103 Funcionários Públicos de uma Penitenciária no Município de Itirapina/SP. **Metodologia:** Estudo transversal no qual foram avaliados os indicadores antropométricos: Índice de Massa Corporal (IMC) e Razão Cintura-Quadril (RCQ). Para a determinação do consumo alimentar, utilizouse o método do Questionário de Freqüência Alimentar (QFA) composto por 38 itens, subdivididos em 7 grupos alimentares, registrando o consumo por unidade de tempo (diário, semanal, mensal). Os planos educativos tiveram apresentação de um ciclo de palestras sobre alimentação saudável e noções de nutrição, com distribuição de material educativo. **Resultado:** A prevalência de sobrepeso atingiu 42% (homens 44%) e obesidade 28% (homens 34%), a chance para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares de acordo com a RCQ foi de 30%. A análise do QFA revelou consumo de alimentos de alta densidade calórica, ricos em açúcares simples e gorduras, pobres em fibras, vitaminas e minerais. As palestras educativas levaram em consideração os dados antropométricos e do consumo alimentar e obtiveram um feedback positivo de 79%.

**Conclusão:** O consumo excessivo de alimentos calóricos com reduzido teor de fibras e carboidratos complexos pode estar relacionados com os elevados índices de sobrepeso, obesidade e acúmulo de gordura abdominal encontrados, sendo fatores determinante ao desenvolvimento de doenças cardiovasculares, necessitando a adoção de medidas de suporte que enfatizem práticas alimentares mais saudáveis.

\*Autor que irá apresentar o trabalho

(Nome completo: Valéria Cristina Schneider)

## PERFIL ANTROPOMÉTRICO DE ADULTOS RESIDENTES NA CIDADE DE BELÉM-PARÁ, BRASIL

Nutrição e Saúde Pública

Oliveira, V.; Miranda, T.; Dutra, C.

Universidade Federal do Pará, Belém – Brasil.

Autor apresentador do trabalho: Claudia Daniele Tavares Dutra

**OBJETIVO:** Descrever o perfil antropométrico de adultos residentes na cidade de Belém. **MATERIAL E MÉTODOS:** O presente estudo teve como alvo a população entrevistada pelo Sistema Brasileiro de Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico (VIGITEL). Foi realizado um estudo transversal, com entrevistas presenciais de 100 indivíduos adultos, no período de março a julho de 2009. Coletaram-se dados sócio-demográficos (idade, sexo) e antropométricos (peso e altura) para posterior cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC). O peso mensurado foi aferido em balança do tipo plataforma, com capacidade de 150 Kg (precisão de 100 g), a altura foi aferida em centímetros (cm), com uso de estadiômetro acoplado a balança com precisão de 1 mm, com indivíduo trajando roupas leves e descalço. O IMC foi definido através da razão entre peso e quadrado da altura do paciente, sendo o estado nutricional, classificado conforme recomendação da Organização Mundial da Saúde (1995) em: ausência de excesso de peso, com IMC menor que 25 kg/m<sup>2</sup> ou,

presença de excesso de peso, com IMC maior ou igual a 25 kg/m<sup>2</sup>. **RESULTADOS:** Dos 100 indivíduos entrevistados, 64% pertenciam ao sexo feminino e 49% estavam na faixa etária de 36 a 55 anos. A média de peso foi 66,9 kg ( $\pm 14,9$ ), altura de 1,59 m ( $\pm 0,99$ ) e IMC de 26,9 Kg/m<sup>2</sup> ( $\pm 4,8$ ). Quanto ao estado nutricional 63% das pessoas apresentaram excesso de peso, com maior frequência para sexo masculino (69,4%). **CONCLUSÃO:** O excesso de peso é considerado um fator preocupante nesta população, visto que representa um aumento no risco de morbidade, invalidez, mortalidade e custo social, o que faz gerar a necessidade de definir e desenvolver medidas de prevenção e controle para o excesso de peso e/ou obesidade que é considerado, cada vez mais, um problema de saúde pública de interesse geral da população.

### PERFIL ANTROPOMÉTRICO DE BENEFICIÁRIOS DE UM PLANO DE SAÚDE DO MUNICÍPIO DE MARINGÁ SUBMETIDOS A UM PROGRAMA MULTIDISCIPLINAR DE MEDICINA PREVENTIVA

Nutrição e Saúde Pública

PAGAN, B.; CAPELATO, D.

Paraná Assistência Médica - PAM, Maringá, Brasil.

PAGAN, B. apresentador do trabalho.

Estudos epidemiológicos realizados recentemente constataram que em quase todos os países industrializados do mundo e também nos países em desenvolvimento, têm ocorrido um aumento alarmante da prevalência de obesidade nas últimas quatro décadas. Devendo sua prevenção estar entre as mais altas prioridades de saúde pública e certamente incluir o estímulo a modos de vida mais saudáveis, em todos os grupos etários. As alterações nos hábitos de vida e a transição nutricional podem ser consideradas os principais fatores para o aumento da prevalência de doenças. Desta forma este trabalho possui como objetivo principal caracterizar o perfil antropométrico de beneficiários ingressantes do Programa Multidisciplinar de Medicina Preventiva (PMMP) de um plano de saúde da cidade de Maringá – PR. A presente caracterização dos beneficiários do PMMP do referido plano de saúde, foi realizada com indivíduos de ambos os sexos na faixa etária de 16 a 69 anos no período de Junho à Agosto de 2010. Em um primeiro momento os ingressantes do programa responderam um questionário de saúde sendo submetidos à posterior avaliação com os profissionais de educação física e nutrição, onde foram avaliadas as seguintes variáveis: massa corporal, estatura, IMC, pressão arterial, circunferência de cintura e quadril. Após análise dos dados obtidos, os beneficiários que apresentaram algum fator de risco à saúde como alteração do peso corporal (excesso ou baixo peso) e pressão arterial foram convidados a participar de uma avaliação antropométrica e nutricional mais detalhada, realizada com nutricionista. Além destes indivíduos selecionados, alguns tiveram interesse em participar desta avaliação mesmo não fazendo parte do grupo com fatores de risco, sendo incluídos no programa. Na avaliação com nutricionista foram aferidas as medidas de massa corporal (MC), estatura, percentual de gordura corporal (%GC) através da mensuração da espessura de dobras cutâneas tricótipal, supra-iliaca e abdominal para homens e subescapular, supra-iliaca e coxa para mulheres; e também medidas de circunferências corporais: cintura, abdômen, quadril, tórax, punho e pescoço. Sendo posteriormente classificados de acordo com os índices de IMC, %GC, gordura corporal absoluta (GCA) e massa magra (MM). Os dados obtidos foram analisados por meio da estatística descritiva, com nível de significância de ( $p < 0,05$ ). Desta

forma, foram avaliados 131 indivíduos, sendo 83 (63,36%) do sexo feminino e 48 (36,64%) do sexo masculino, com média de idade de 34,  $80 \pm 10,64$ , estatura de  $166,20 \pm 8,92$ , MC  $78,54 \pm 18,12$ , IMC  $28,34 \pm 5,81$ , %GC  $31,80 \pm 8,62$ , GCA  $25,78 \pm 12,45$ , MM  $53,00 \pm 11,21$ . Os valores médios obtidos para os indivíduos do sexo masculino foram de  $38,17 \pm 12,88$  para idade, estatura  $174,52 \pm 6,03$ , MC  $85,76 \pm 14,65$ , IMC  $28,15 \pm 4,40$ , %GC  $25,45 \pm 5,24$ , GCA  $22,51 \pm 8,59$ , MM  $63,25 \pm 7,45$ . Já da população feminina foi de  $32,86 \pm 8,60$ , estatura de  $161,51 \pm 6,57$ , MC  $74,37 \pm 18,70$ , IMC  $28,44 \pm 6,51$ , %GC  $35,48 \pm 8,04$ , GCA  $27,68 \pm 13,98$ , MM  $47,08 \pm 8,38$ . A população masculina apresentou os maiores valores nas variáveis antropométricas, idade, estatura, MC, MM ocorrendo diferença significativa em todas as variáveis ( $p < 0,05$ ). Já a população feminina apresentou os maiores índices de IMC, %GC, GCA, não sendo considerada significativa apenas a diferença entre os valores de IMC ( $p < 0,05$ ). De acordo com a classificação do IMC preconizada por WHO (1997) 21,88% dos homens apresentaram peso normal, 53,12% sobrepeso e 25,00% obesidade, não ocorrendo casos de baixo peso. Da população feminina, 2,44% apresentaram baixo peso, 22,00% peso normal, 48,00% sobrepeso e 26,00% obesidade. Para o %GC utilizou-se a classificação proposta por Lohman (1992), onde 3,12% dos homens foram classificados como dentro da média, 43,15% acima da média, 53,15% como muito alto, não ocorrendo casos de percentual muito baixo e abaixo da média. Entre as mulheres 4,00% estavam abaixo da média, 28,00% acima da média e 68,00% obtiveram índices muito altos, não ocorrendo casos de percentual muito baixo e dentro da média. Constatando-se diferença significativa entre gêneros nos índices muito altos do %GC. Desta forma, pode-se concluir que os indivíduos de ambos os sexos apresentaram valores antropométricos médios acima do recomendado como ideal, sendo os maiores índices de gordura corporal acima da média encontrados na população feminina, evidenciando-se a necessidade de intervenção de uma equipe multidisciplinar da área da saúde para sistematizar processo de alterações do estilo de vida, por meio de hábitos alimentares mais saudáveis e prática de atividades físicas, a fim de minimizar a incidência de co-morbidades e o risco de mortalidade associados ao excesso de peso e ao sedentarismo.

### PERFIL ANTROPOMÉTRICO DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES DE UMA ESCOLA NA ZONA RURAL DO MUNICÍPIO DE SOURE NA ILHA DO MARAJÓ-PA.

Nutrição e Saúde Pública

SILVA, A.C.M.<sup>1</sup>; TUMA, R.B.<sup>1</sup>; ARAÚJO, M.S.<sup>1</sup>; SILVA, E.B.<sup>2</sup>; CARMIN, S.E.M.<sup>3</sup>; MENDES, W.A.A.<sup>3</sup>.

<sup>1</sup> Professora da Faculdade de Nutrição da Universidade Federal do Pará;

<sup>2</sup> Nutricionista, Aluna de Pós-graduação da Universidade Federal do Pará.

<sup>3</sup> Aluno do Curso de Nutrição da Universidade Federal do Pará.

Universidade Federal do Pará.

Autor que irá apresentar o trabalho: Rahilda Brito Tuma

**OBJETIVOS:** Elaborar diagnóstico do estado nutricional; Favorecer a oportunidade de interação entre o conhecimento teórico e a prática do diagnóstico nutricional no âmbito da saúde coletiva.

**METODOLOGIA:** 1- Atividades preliminares: Seleção de alunos; Treinamento dos alunos em técnicas de avaliação antropométrica (aferição de peso e estatura); Treinamento para a padronização do

diagnóstico nutricional de crianças e adolescentes segundo os critérios estabelecidos pela OMS (2006 e 2007). 2- Atividades no local da pesquisa: Organização do espaço físico; Definição da logística do atendimento; Elaboração de relatório e estatística da avaliação. **RESULTADOS**: Foram atendidos 88 indivíduos, dos quais 57 (64,7%) eram crianças entre 3 e 9 anos e 11 meses de idade e 31 (35,3%) eram adolescentes com idade entre 10 e 13 anos. Dos indivíduos atendidos, 43% eram do gênero feminino e 57% do masculino. Com relação ao diagnóstico nutricional foi observado o seguinte quadro: 1-Pelo critério estatura/idade: 5,7% baixa estatura; 2,3% muito baixa estatura e 92% de estatura adequada para a idade. 2-Pelo critério peso/idade: 7,1% baixo peso; 91,2% peso adequado; 1,7% peso elevado para a idade. 3-Pelo critério IMC/idade: 3,4% magreza; 93,2% eutróficos; 3,4% sobrepeso. **CONCLUSÃO**: A participação direta de alunos de Nutrição em uma ação em saúde pública, desenvolvida em comunidade rural do estado do Pará permitiu a aplicação prática dos conhecimentos teóricos obtidos ao longo da realização do curso de graduação, além da oportunidade de vivenciar diretamente a realidade rural. O estado nutricional da maioria dos alunos avaliados é de eutrofia, porém a observação das condições sócio-ambientais da comunidade em que estão inseridos demonstra a necessidade de uma avaliação da ocorrência de distúrbios nutricionais relacionados à carência de micronutrientes.

#### PERFIL ANTROPOMÉTRICO DOS PARTICIPANTES DO PROJETO “AÇÃO GLOBAL 2010”, ATENDIDOS NO STAND DE NUTRIÇÃO, EM BARCARENA-PA.

Nutrição e Saúde Pública

DA SILVA, A.C.M. 1; TUMA, R.B. 1; DE MELO, D.F. 2; DE PINHO, P.M. 2; CARMIN, S.E.M. 2; MENDES, W.A.A. 2; REIS, C. P 3.

1 Professora da Faculdade de Nutrição da Universidade Federal do Pará;

2 Aluno do Curso de Nutrição da Universidade Federal do Pará.

3 Aluno do Curso de Estatística da Universidade Federal do Pará. Universidade Federal do Pará.

Autor apresentador: Rahilda Brito Tuma

**OBJETIVOS**: - Oferecer atendimento dietético individualizado; - Elaborar diagnóstico do estado nutricional; - Favorecer a oportunidade de interação entre o conhecimento teórico e a práxis do diagnóstico nutricional no âmbito da saúde coletiva, durante a participação no projeto “Ação Global 2010”, no Município de Barcarena-PA. **METODOLOGIA**: 1- Atividades preliminares: Seleção de alunos; Treinamento dos alunos em técnicas de avaliação antropométrica ( aferição de peso, estatura, circunferência da cintura); Treinamento para a padronização do diagnóstico nutricional (crianças, adolescentes, adultos e idosos – SISVAN-2005). 2- ATIVIDADES NO DIA DO EVENTO: Organização do espaço físico (stand da Nutrição); Definição da logística do atendimento ao público (demanda espontânea); Atendimento à demanda; Elaboração de relatório e estatística do atendimento e dos dados coletados. **RESULTADOS**: Foram atendidas 196 pessoas das quais cerca de 74% eram do gênero feminino e 26% do masculino. A maior parte do atendimento foi destinado aos adultos (72%), seguido dos adolescentes (17%), crianças (7%) e idosos (4%). Com relação ao diagnóstico nutricional foi observado que 90% dos indivíduos com algum tipo de desvio nutricional, sendo que 53% apresentou percentual de gordura corporal elevado e 37% desnutrição. Verificou-

se ainda uma forte correlação linear ( $r = 0,85$ ,  $p < 0,001$ ) entre o índice de massa corporal e a circunferência da cintura. **CONCLUSÃO**: O estado nutricional da maioria das pessoas atendidas no stand de nutrição é preocupante uma vez que mais da metade do grupo apresenta peso elevado em relação ao esperado para seu sexo e faixa etária. Isso ratifica a necessidade de implementar ações voltadas ao estímulo do consumo de uma alimentação saudável e da prática regular de atividade física, como forma de prevenir problemas de saúde e nutrição.

#### PERFIL ANTROPOMÉTRICO E CONSUMO ALIMENTAR DE ADOLESCENTES DE UMA ESCOLA PÚBLICA DO MUNICÍPIO DE ALEGRE-ES

Nutrição e Saúde Pública

SAAR, C; SANGLARD, G; CARDOSO, L; ALVES, I; VIANNA, G.

Universidade Federal do Espírito Santo- Alegre (ES)

Autor apresentador: Crizian Saar Gomes

**Objetivo**: Descrever o estado nutricional de adolescentes de uma escola pública do município de Alegre, Espírito Santo. **Metodologia**: Trata-se de um estudo descritivo de corte transversal, no qual foram avaliados 50 adolescentes entre 10 a 15 anos de idade. Para traçar o perfil antropométrico dos adolescentes foi obtido o peso e a estatura, e construído o Índice de Massa Corporal por Idade e Estatura por Idade. O consumo alimentar dos adolescentes foi avaliado por meio da aplicação de um recordatório de 24 horas. Foram utilizados os testes Kruskal Wallis e ANOVA na análise estatística. **Resultados**: A maioria dos adolescentes encontrou-se eutrófico e com altura adequada para idade. Não foi encontrada diferença significativa para a média de ingestão de nutrientes entres os sexos. Ambos os sexos apresentaram baixo consumo de energia e fibras. O consumo de cálcio, vitamina C e vitamina A foi classificado como insuficiente, ferro adequado e zinco adequado no sexo masculino e insuficiente no sexo feminino. Foi observado um consumo insuficiente de lipídios e adequado para proteína e carboidrato. A maioria dos adolescentes realiza no mínimo três refeições diárias. **Conclusão**: A frequência de sobrepeso e obesidade foi considerada elevada e preocupante. Os adolescentes do estudo consomem o mínimo de refeições diárias, no entanto, apresentaram uma dieta inadequada. Portanto é necessário o monitoramento da ingestão e o tipo de alimentação consumida pelos alunos a fim de traçar a melhor estratégia de intervenção.

#### PERFIL ALIMENTAR E NUTRICIONAL ATUAL E PROGRESSO DE CRIANÇAS COM EXCESSO DE PESO ATENDIDAS NO CENTRO INTEGRADO MATERNO INFANTIL DE ARARUAMA. ÊNFASE NA INFLUÊNCIA DO DESMAME PRECOCE

Nutrição Clínica

Garcia, CA; Augusto, ALP; Antunes, M M, Valle, J

Faculdade de Nutrição – Universidade Federal Fluminense

Niterói, Rio de Janeiro, Brasil

Apresentador: Joyce do Valle [vallenut@yahoo.com.br](mailto:vallenut@yahoo.com.br)

O presente estudo teve como objetivo indicar a prevalência de desmame e introdução precoce da alimentação artificial e complementar no primeiro ano de vida de crianças entre 2 e 10 anos

de idade com escore-z para peso/altura ou para IMC maior ou igual a +1, atendidas no CENTRO INTEGRADO MATERNO INFANTIL (CIMI) de Araruama. Estudo retrospectivo de todas as crianças que foram atendidas no referido Centro no período de julho até outubro de 2007. Para a coleta dos dados dos prontuários nutricionais foi elaborado um protocolo que continha 4 itens a respeito dos dados de história social da criança, 5 questões referentes aos dados de nascimento e 2 questões referentes aos dados maternos, além de intercorrências no primeiro ano de vida, histórico e anamnese alimentar, 8 itens sobre aleitamento materno, alguns dados da alimentação complementar, e questionário de frequência alimentar. Os resultados obtidos apontaram que a prevalência de desmame precoce das crianças avaliadas foi de 64% (n=16), devido à escassez do leite (19%), tendo somente 8 (12%) permanecido até os 6 meses com aleitamento materno exclusivo. O suco de fruta "in natura" foi a principal preparação introduzida antes dos 6 meses (87%, n= 14), mas o grupo do leite e derivados foi referido como sendo o preferido nesta faixa etária. No perfil alimentar atual foi observado um alto consumo diário de balas e doces (60%) e uma alta prevalência no consumo de refrigerantes na frequência de 2 a 3 vezes por semana (44%) e diariamente (36%), além de uma prevalência muito maior de crianças que não praticavam nenhuma atividade física (72%). Quanto ao estado nutricional, das crianças acima de 5 anos, 66,6% (14) encontravam-se com z-score para IMC (índice de massa corpórea) entre +2 e +3 e dentre aquelas menores de 5 anos, 50% (2) apresentaram z-score para o índice peso/altura (P/A) superior a +3. Os resultados apontam para a possibilidade de que o declínio no consumo do leite materno com a introdução inadequada da alimentação artificial e complementar levem à obesidade já no primeiro ano de vida e que o estilo de vida adotado venha a somar como mais um fator contribuinte para o desenvolvimento de agravos à saúde.

#### PERFIL ANTROPOMÉTRICO, PRESSÃO ARTERIAL E GLICEMIA CAPILAR DE TRABALHADORES DE UNIDADES DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO EM GOIÂNIA, GOIÁS

Nutrição Clínica

Ferreira, V. R.; Lima, M. F. C.; Alves, A. M.; Amador, V. A. G.  
Portal Nutrição em Foco, Goiânia, Brasil  
Vanessa Roriz Ferreira

As condições de saúde e trabalho estão diretamente relacionadas com performance e produtividade. Diante disso, este trabalho teve o objetivo de avaliar o perfil antropométrico e bioquímico de trabalhadores de Unidades de Alimentação e Nutrição (UANs), contempladas como campo de estágio em uma disciplina oferecida no curso de graduação em Nutrição, da Universidade Federal de Goiás. A metodologia utilizada no estudo tem caráter quantitativo. A coleta de dados ocorreu em três Unidades de Alimentação e Nutrição, em Goiânia, no período de abril a julho de 2010, mediante autorização da diretoria das empresas. A verificação das medidas antropométricas dos trabalhadores foi feita a partir das variáveis massa, estatura corporal e circunferência da cintura. Para avaliação antropométrica foi utilizado o índice de massa corporal - IMC (peso/altura<sup>2</sup>), com os pontos de corte propostos pela World Health Organization (WHO). O risco de desenvolvimento de distúrbios metabólicos foi avaliado conforme os pontos de corte para circunferência da cintura de acordo com WHO (1997). Além disso, foram aferidas medidas da pressão arterial (sistólica e diastólica) e

glicemia capilar, avaliadas conforme as diretrizes estabelecidas pela Sociedade Brasileira de Hipertensão (SBH) e Sociedade Brasileira de Diabetes (SBD), respectivamente. Os métodos e procedimentos utilizados foram fundamentados teoricamente por meio de pesquisas bibliográficas pertinentes ao contexto abordado. Para análise estatística, utilizou-se a estatística descritiva, média e desvio-padrão. A amostra foi composta por 9 homens e 27 mulheres com idade média de 37, 8 anos ( $\pm 11,6$ ). Mais da metade dos funcionários encontravam-se acima do peso, sendo 28,1% de sobrepeso, 21,9% de Obesidade grau I e 3,1% de Obesidade grau 2. A média do IMC foi maior entre as mulheres, bem como a prevalência de excesso de peso (60,9%) quando comparada com os funcionários do sexo masculino (33,3%). A análise da Circunferência da Cintura mostrou que 62,5% estão em risco de desenvolver distúrbios metabólicos (18,8% com risco aumentado e 43,8% com risco muito aumentado). O valor médio da circunferência da cintura foi de 86,3 cm ( $\pm 11,6$ ). A avaliação mostrou que o risco é maior entre as mulheres (78,3%) em relação aos homens (22,2%), sendo que mais da metade das mulheres estão em risco muito aumentado. Apenas 12,5% da amostra encontrava-se com a pressão arterial alterada e os resultados de glicemia estavam alterados em 12,5% dos trabalhadores. É possível concluir que, em relação às variáveis do estudo, as mulheres estão com maior risco de desenvolverem doenças crônicas não transmissíveis. Entretanto, são necessários novos exames mais específicos e com um maior nível de controle para a realização de diagnósticos precisos. A avaliação antropométrica dos funcionários mostrou que os hábitos alimentares, muitas vezes influenciados pelo local de trabalho, podem contribuir de forma negativa para a sua saúde. Dessa forma, o estudo evidencia a necessidade de intervenções do profissional nutricionista presente nessas unidades, através de ações educativas, contribuindo com a melhoria da qualidade da alimentação dos trabalhadores e com a diminuição do risco de morbi-mortalidades.

#### PERFIL CLÍNICO E NUTRICIONAL DE PACIENTES ADMITIDOS NAS CLÍNICAS MÉDICA E CIRÚRGICA DE UM HOSPITAL DE ENSINO EM PETRÓPOLIS – RJ

Nutrição Clínica

Gaudard e Silva, A.; Boechat, M.; Lima, J.; Leite, P.; Macedo, F.; Kamp, F.  
Faculdade Arthur Sá Earp Neto – Petrópolis – Rio de Janeiro, Brasil.  
Autor apresentador: Lima, J.

Sabe-se que o estado nutricional do paciente hospitalizado afeta diretamente a sua evolução clínica. Tem sido observado que 40% dos pacientes hospitalizados encontram-se desnutridos na admissão e em torno de 75% perdem peso durante a internação. Dentre os mais vulneráveis, encontram-se os pacientes clínicos e cirúrgicos com prevalência de desnutrição variando de 30 a 50%. Portanto, a detecção precoce de risco nutricional e da desnutrição pode ser decisiva para a sobrevida do paciente. Objetivou-se traçar o perfil clínico e nutricional de pacientes admitidos nas clínicas médica (CM) e cirúrgica (CC) do Hospital de Ensino Alcides Carneiro (HAC) em Petrópolis – RJ. Foram avaliados 310 pacientes admitidos nas CM e CC no período de maio/agosto de 2009. Dados gerais e clínicos foram coletados no prontuário médico, e os antropométricos (peso e altura) foram aferidos ou estimados até 24 horas após a admissão para a classificação do estado nutricional de acordo com o índice de massa corporal (IMC). A idade média do grupo

estudado foi de 54±17 anos, sendo 62,3% adultos e 37,7% idosos e a maioria do gênero feminino (55,8%). Dentre as clínicas avaliadas, 65% dos pacientes foram admitidos na CC. Em relação ao tempo de internação, 80,3% permaneceram internados por menos de 15 dias e 19,7% por mais de 15 dias. A CC foi a que apresentou o menor tempo médio de internação (5,3±7 dias), caracterizando a sua alta rotatividade. De acordo com a avaliação do estado nutricional, foi constatado que a maioria dos pacientes foi admitida com diagnóstico de eutrofia (50,6%). Entretanto, o risco de desenvolvimento de desnutrição hospitalar nestes pacientes pode ser elevado, já que os principais motivos de internação foram cirurgias eletivas (40%), doenças do trato gastrointestinal (14%) e neoplasias (13%), condições estas que afetam diretamente a utilização de nutrientes. Foi também observado que 21% dos pacientes foram admitidos com sobrepeso, 17,1% com obesidade e 11,3% com algum grau de desnutrição, sendo este último mais prevalente nos idosos (22,2%). Em relação às principais doenças associadas à obesidade, 14,5% e 36,1% apresentavam diabetes e hipertensão, respectivamente; destes, 15,3% encontravam-se com sobrepeso e 23,6% com obesidade. Estes resultados demonstram a importância de se avaliar o estado e o risco nutricional de todos os pacientes, com base em protocolos bem definidos e estabelecidos. Além disto, este estudo permitirá nortear de forma adequada o tratamento nutricional dos pacientes atendidos nas clínicas médica e cirúrgica do HAC.

#### PERFIL DA INSEGURANÇA ALIMENTAR DE FAMÍLIAS ATENDIDAS EM UMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE DE VIÇOSA – MG.

Nutrição e Saúde Pública

PEIXOTO; A. L.; MACHADO, J. C. Faculdade de Ciências Biológicas e da Saúde, Viçosa – MG, Brasil. Adriana Lopes Peixoto

Objetivo: Estimar a prevalência de insegurança alimentar entre as famílias cadastradas em uma Unidade Básica de Saúde, em uma região de alta vulnerabilidade social no município de Viçosa - MG, e sua relação com as características socioeconômicas. Métodos: Pesquisa epidemiológica que utilizou o método de estudo transversal, com 80 famílias atendidas pela Unidade Básica de Saúde (UBS), do bairro Amoras em Viçosa - MG. O levantamento dos dados foi realizado no período de julho a agosto de 2009. Para caracterizar os aspectos sociodemográficos foi criado um questionário específico para esse estudo, juntamente com a Escala Brasileira de Insegurança Alimentar – EBIA, no intuito de avaliar a insegurança alimentar. Os dados foram digitados em um banco de dados elaborado com o programa Epi-Info versão 6.02. Resultados: 26% do total da amostra estão em segurança alimentar; em condição de insegurança alimentar leve estão 33 %; em insegurança alimentar moderada encontra-se 30% das famílias investigadas e por fim 11% do grupo de estudo estão em condições de insegurança alimentar grave. Os resultados relativos à escolaridade revelam que a amostra como um todo apresenta um baixo nível de escolaridade, com uma proporção de 5% de analfabetos e 55% dos entrevistados com menos de 4 anos de estudo. No que diz respeito à renda per capita constatou-se um nível relativamente baixo (média de R\$ 179,00). Conclusão: A segurança alimentar está diretamente relacionada às condições socioeconômicas dos indivíduos, ao acesso a alimentos, condição esta que interfere no bem estar e na qualidade de vida das famílias e de seus componentes.

#### PERFIL DE COMPORTAMENTO ALIMENTAR DE ADOLESCENTES EM SEIS ESCOLAS TÉCNICAS DA CIDADE DE SÃO PAULO

Nutrição e Saúde Pública

Azevedo, ACG; Carvalho, MLM; Oliveira, ERP; Azevedo, MG; Santos, T; Soares, JLT; Antunes, RGA; Gonçalves, RTF. Centro Estadual de Educação Tecnológica Paula Souza, São Paulo - Brasil

A adolescência é um período marcado por intensas transformações corporais, emocionais e cognitivas. A vulnerabilidade do adolescente leva o mesmo a ter vários motivos que o influenciam no momento da escolha dos alimentos. Os estudos sobre a alimentação de adolescentes brasileiros mostram um consumo inadequado de produtos lácteos, frutas e hortaliças e com excesso de açúcar e gordura, merecendo atenção, visto que este padrão, aliado ao sedentarismo, aumentam as chances para o aparecimento da obesidade e todos os problemas e doenças associadas. A mudança do comportamento está atrelada a motivação do indivíduo em fazê-la. O objetivo desse trabalho é identificar o padrão de consumo alimentar de frutas, hortaliças e produtos lácteos, o estado nutricional e classificar os estágios de mudança de comportamento de adolescentes. Metodologia: a amostra compreende 220 adolescentes do primeiro ano do Ensino Médio de seis Escolas Técnicas do município de São Paulo, sendo cada qual de uma região da cidade, exceto na Zona Leste com duas representações, pertencentes ao Projeto Educação Física e Nutricional em adolescentes, aprovado pelo Comitê de Ética da UNIFESP - Parecer 0103/10. Foram utilizados o Índice de Massa Corporal (IMC) e o questionário de frequência alimentar semi quantitativo validado e adaptado para adolescentes para avaliar o perfil nutricional e o consumo alimentar de frutas, hortaliças e produtos lácteos. Um questionário para a classificação de estágio de mudança comportamental baseado no modelo transteórico e adaptado, foi aplicado, bem como uma avaliação com questões complementares sobre alimentação na escola e atividade física. O levantamento foi realizado entre os meses de março e abril de 2010. Resultados: Na amostra, 70% dos jovens estão eutróficos, segundo o IMC. Quanto à atividade física 63% dos adolescentes realizam uma atividade física externa, além da aula de Educação Física na Escola, sendo que o maior percentual foi encontrado nos jovens da região oeste e o menor na região sul. Foi observado que 41% dos jovens não ingerem nenhum alimento durante o intervalo das aulas e que 44% substituem a refeição por lanche, principalmente o jantar. A ingestão de água é baixa, sendo que 80% dos adolescentes consomem menos que dois litros por dia, quando considerado a ingestão mínima de um litro, ainda este número de inadequação é de 50%. O baixo consumo se estende ao grupo de frutas, somente 34% consumiam no mínimo uma porção ao dia. Estes mesmos resultados são observados de forma mais acentuada nos grupos dos vegetais, sendo que 71% não consomem verduras todos os dias e esse percentual se eleva para 73% quando questionados sobre a ingestão de legumes. Os baixos percentuais de ingestão também são observados nos produtos lácteos, somente 25% dos jovens consomem as três porções diárias segundo a Pirâmide Alimentar Brasileira. Os valores são contrastantes quando comparados a classificação do estágio de mudança comportamental, onde inversamente os jovens consideram que consomem adequadamente frutas, verduras e legumes, sendo os maiores índices situados na classificação de ação e manutenção. Conclusão: O consumo de frutas, vegetais e produtos lácteos é baixo, entre os jovens, estando condizente com o resultado de outros estudos brasileiros, demonstrando a importância do desenvolvimento de práticas de educação alimentar neste grupo.

Palavras-chaves: Educação Alimentar. Nutrição. Educação Física. Juventude. Obesidade.

### PERFIL DE CONSUMO DE LANCHES E DOCES POR CRIANÇAS E ADOLESCENTES DE UMA ESCOLA NA ZONA RURAL DO MUNICÍPIO DE SOURE NA ILHA DO MARAJÓ-PA.

Nutrição e Saúde Pública

Campos, J.; Silva, A.; Tuma, R.; Araújo, M.; Silva, E.; Carvalho, J. Universidade Federal do Pará.

Apresentadora: Juliana Burlamaqui Carvalho

**OBJETIVO:** Levantar e avaliar o perfil do consumo alimentar de lanches e doces pelas crianças e adolescentes através da aplicação de questionário de frequência alimentar com suas mães ou responsáveis. **METODOLOGIA:** Seleção e treinamento da equipe em técnicas de aplicação de inquéritos de frequência alimentar; Refinamento e tabulação dos dados; Elaboração de relatório e estatística da avaliação. **RESULTADOS:** 88 mães/responsáveis responderam ao questionário. O consumo foi categorizado em baixo (0 a 0,32), médio (0,33 a 0,99) e alto consumo (1 a 3), de acordo com os critérios estabelecidos por Schieri (1998). Com relação ao consumo de alimentos do grupo dos lanches (snacks, salgados, fast foods e comidas típicas), foi observado o seguinte quadro: 85,5% de baixo, 5,1% de médio e 9,4% de alto consumo. Neste grupo, para salgados tipo snack observou-se um alto consumo por 26,1% das crianças e adolescentes, o que corresponde ao consumo diário de até três vezes ao dia deste tipo de alimento. Com relação ao grupo de doces (doces, chicletes e pirulitos, sorvete, picolés, "chopp", etc.), foi observado 72% de baixo, 6,1% de médio e 21,8% de alto consumo, tendo destaque neste grupo o consumo elevado de balas, chicletes e pirulitos por 51,1% dos indivíduos avaliados, resultado muito semelhante ao do consumo de sorvetes, picolés e "chopp" que foi de 54,6%, isso corresponde a um consumo diário destes tipos de alimentos, em alguns casos, de até seis vezes ao dia. **CONCLUSÕES:** Considerando que os alimentos dos grupos investigados são de alto valor energético e baixo valor nutricional, o alto consumo dos mesmos é preocupante, uma vez que pode comprometer o estado nutricional destas crianças e adolescentes, podendo levar ao desenvolvimento de distúrbios nutricionais.

### PERFIL DIETÉTICO DE ATLETAS DE JUDÔ NA CATEGORIA ADULTO EM PERÍODO PRÉ-COMPETIÇÃO, MANAUS – AMAZONAS,

Nutrição Esportiva

LORDEIRO C<sup>1</sup>, ROSA R<sup>2</sup>, SOUZA C<sup>3</sup>, <sup>1</sup>Centro Universitário Nilton Lins, <sup>2</sup>Hospital Universitário Getúlio Vargas – UFAM, <sup>3</sup>NESC/UFAM, Manaus – AM – Brasil. Autor apresentador: LORDEIRO C<sup>1</sup>.

**OBJETIVO:** Avaliação do perfil dietético por meio de inquéritos em atletas de judô adultos no período pré-competição, pertencentes à academia do Centro Universitário Nilton Lins, em Manaus – Amazonas. **METODOLOGIA:** Para aquisição dos dados foram utilizados inquéritos alimentares durante o período de pré-competição, adaptados ao perfil dos atletas, onde foram relatados os alimentos consumidos, com as respectivas quantidades, e o uso de suplementos, a fim de quantificar as calorias e os macronutrientes ingeridos, tais como: carboidratos

(CHO), proteínas (PTN) e lipídios (LIP). Os itens descritos pelos atletas foram analisados com auxílio do software Dietpro 5i e os resultados comparados à Diretriz da Sociedade Brasileira de Medicina Esportiva. Quanto a análise dos dados estatísticos, optou-se por análise descritiva, através do programa Statistical Package for Social Science 16.0 – SPSS. **RESULTADOS:** Os sujeitos estudados eram do gênero masculino, com idade média de 31,5 ± 4,79 anos, caracterizados atletas profissionais de judô da categoria adulto. De acordo com os dados encontrados nos inquéritos alimentares, pode-se verificar que o consumo médio do valor energético total foi de 1.782 kcal/dia, representando uma média de 22,46 kcal/kg/dia. No que se refere a quantificação dos macronutrientes, observou-se que 33,33% dos atletas consumiam uma dieta normoprotéica, enquanto 66,66% uma dieta hiperprotéica. A ingestão normolipídica foi de 91,66% e hiperlipídica de 8,34%. Em relação aos carboidratos, o consumo se mostrou baixo em 75% dos estudados, enquanto 25% apresentaram ingestão normoglicídica. Vale ressaltar que os atletas estudados estavam em período de pré-competição e 33,33% deles consumiam algum tipo de suplemento. **CONCLUSÃO:** O estudo em questão mostrou erros alimentares que caracterizam a tentativa dos atletas em manter ou obter um peso ótimo. Esses erros que desequilibraram a dieta comprometeram, especialmente, a ingestão de carboidratos, importantes no período pré-competição. Esse desconhecimento relacionado aos carboidratos pode causar menor desempenho no treinamento de força. Lamentavelmente, estudos referentes a inquéritos dietéticos não são frequentes, porém o atleta necessita de um bom estado nutricional, a fim de evitar lesões ou outras doenças.

### PERFIL DOS ALUNOS PRATICANTES DE ATIVIDADE FÍSICA DE UMA ACADEMIA DE BELÉM-PARÁ.

Nutrição Esportiva

Gomes G; Costa D; Moreira J; Ribeiro J. Academia Companhia Athletica, Belém (PA), Brasil.

Apresentadora: Joseana Ribeiro

**Objetivo:** Este estudo teve o objetivo de verificar o perfil dos alunos praticantes de atividade física de uma academia de Belém-Pará. **Metodologia:** Realizou-se estudo transversal prospectivo com uma amostra de 315 praticantes de atividade física de ambos os sexos, faixa etária de 22 a 59 anos, escolhidos de forma aleatória. Para a coleta de dados foi usado um questionário individual não-identificado, padronizado com os seguintes dados: idade, sexo, IMC, presença de doenças, número e tipo de atividade física realizada, uso de medicamento para emagrecer, motivação e se receberam orientação de um profissional qualificado para a prática da atividade física. Os resultados obtidos foram armazenados em bancos de dados e posteriormente utilizados na elaboração de gráficos e tabelas criados por meio do programa Microsoft Excel 2003 e Microsoft Word 2003, respectivamente. **Resultados:** Dentre os praticantes de atividade física a maioria era do sexo feminino (61%), na faixa etária de 22 a 30 anos, sendo evidenciado que 58% deles estão com IMC normal entre 18,5 a 24,9 Kg/m<sup>2</sup>, 83,1% não apresentam nenhum tipo de doença, 40% fazem somente um tipo de atividade física, 83% usam medicamento do tipo sibutramina para emagrecer, 15,8% tem como motivação para fazer atividade física à qualidade de vida e 15,8% associa esta motivação com a preocupação com a estética. Quanto ao tipo de atividade física realizada 39,6% fazem musculação e 74,9% não receberam orientação de um profissional de saúde para frequentar academia. **Conclusão:** Os dados mostram uma

participação expressiva de mulheres jovens eutróficas, saudáveis, preocupadas com a sua estética e qualidade de vida, que praticavam somente uma tipo de atividade, que procuram a academia por conta própria sem a influencia de um profissional especializado para a prática da atividade física, porém o consumo de remédios para emagrecer foi muito alto devido a grande preocupação com a imagem corporal sem levar em consideração seus efeitos colaterais, assim como a qualidade de vida. É de suma importância a prática de uma atividade física associada à dieta saudável para a perda de peso e para se ter qualidade de vida e saúde, porém antes de se iniciar qualquer atividade é necessário procurar orientação de um profissional na área na busca de se ter realmente resultados positivos sem causar danos ao corpo pelo fato de se fazer as atividades por conta própria ou que seja preciso recorrer a medicamentos para se ter um resultado rápido.

### PERFIL NUTRICIONAL DE CONSUMO DE ALIMENTOS SAUDÁVEIS E NÃO SAUDÁVEIS DE ADOLESCENTES DE UMA ESCOLA PÚBLICA E PRIVADA

Nutrição Clínica

FUNAYAMA, A.L.; ROSSETO, F.P.F.; ZANCHIN, I.F.; ZANQUETTA, I.; PAIVA, K.V.; TURCHETTO, F.P.M.; CESUMAR – Centro Universitário de Maringá, Maringá – Paraná – Brasil.

Esta pesquisa apresentou como objetivo comparar o perfil nutricional e consumo de alimentos saudáveis e não saudáveis de adolescentes, visando confrontar os resultados obtidos entre escola pública e privada. Participaram 92 adolescentes, com idade entre 10 e 16 anos, na região de Maringá – Pr. Aplicou uma avaliação antropométrica, um questionário de frequência alimentar. A classificação do estado nutricional demonstrou que a maioria dos alunos enquadrado dentro do IMC adequado (57,6%), porém, um número expressivo (30,4%) apresentou excesso de peso e vigilância para IMC elevado. Quanto ao consumo alimentar, observou-se o valor relevante de consumo de alimentos não saudáveis, sendo estes consumidos por grande parte dos indivíduos em vigilância para IMC elevado e excesso de peso. Conclui que o presente estudo desperta uma preocupação diante da saúde, pois os adolescentes constituem um grupo de risco, que exigem atenção especial sendo imprescindível aplicar estratégias educacionais para prevenir distúrbios decorrentes através do consumo alimentar inadequado.

### PERFIL NUTRICIONAL DE CRIANÇAS DE 0 A 10 ANOS DE IDADE DE UMA CRECHE PRIVADA DO MUNICÍPIO DE CAMPO GRANDE/MS.

Nutrição e Saúde Pública

BUENO, R. D. B.; HORING, D. F.  
Universidade Anhanguera - Uniderp, Campo Grande, MS, Brasil.  
Apresentação: Renata D. B. Bueno

O estado nutricional de uma população infantil constitui instrumento essencial para aferição das condições de saúde, crescimento e desenvolvimento. Alterações de *déficit* ou excesso expõem tais crianças a riscos potenciais de agravos à saúde, bem como a futuros problemas de relações interpessoais e funcionais dentro da comunidade. **Objetivo:** Avaliar o perfil nutricional antropométrico de

crianças de uma creche privada do município de Campo Grande-MS. **Metodologia:** Foram avaliadas 52 crianças de 0 a 10 anos, de ambos os sexos. As crianças eram pesadas e medidas com auxílio de balança digital de plataforma e fita métrica fixada a parede sem rodapé, estando à criança ereta, junto à parede, descalça, pés unidos, braços ao longo do corpo. O estado nutricional foi definido pelos indicadores antropométricos peso/idade, peso/altura e altura/idade sendo expressos em escore Z e percentil, utilizando-se como padrão de referência às curvas de crescimento da *National Center for Health Statistic* (NCHS) e Organização Mundial da Saúde (2006). **Resultados:** Os resultados da avaliação antropométrica revelaram que 84,61% das crianças apresentaram-se eutróficas. A predisposição ao baixo peso foi de 9,61% e 5,76% das crianças estavam com sobrepeso. **Conclusão:** Os dados encontrados demonstraram que a grande maioria das crianças atendidas na creche privada encontrava-se eutróficas. Os resultados apontam baixa prevalência de desnutrição e obesidade na população estudada.

### PERFIL ANTROPOMÉTRICO E PREVALÊNCIA DE DOENÇAS NÃO TRANSMISSÍVEIS EM PACIENTES COM EXCESSO DE PESO ATENDIDOS NUMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE DO MUNICÍPIO DE SÃO LUÍS - MA.

Nutrição e Saúde Pública

COSTA, T. D. L.; ALENCAR, J. D.; LIRA, M. R.; MACHADO, S. P  
Universidade Federal do Maranhão, São Luís, Brasil.  
Apresentador: Thamyris Dayana Lopes Costa

**Objetivo:** O objetivo do presente estudo foi investigar o perfil antropométrico e a prevalência de doenças não transmissíveis (DNTs) em pacientes com excesso de peso atendidos numa Unidade Básica de Saúde do Município de São Luís. **Metodologia:** Para tanto, os participantes responderam um questionário com perguntas referentes à presença ou não de DNTs e histórico familiar dessas doenças. A avaliação antropométrica dos indivíduos foi realizada através das medidas de peso e altura, para cálculo do índice de massa corporal (IMC), Perímetro da Cintura (PC) e Perímetro do Quadril (PQ), para cálculo da Razão Cintura Quadril (RCQ), utilizada como indicador de obesidade abdominal. Para avaliar o estado nutricional, com base no IMC, bem o risco para doenças cardiovasculares e diabetes, com base na medida isolada do PC e na RCQ, utilizou-se os pontos de corte preconizados pela Organização Mundial de Saúde. A amostra estudada compreendeu 29 pacientes, de ambos os sexos, entre 21 e 69 anos. **Resultados:** Do total estudado, 84% dos pacientes eram do sexo masculino e 16% do sexo feminino. Em relação ao estado nutricional, a prevalência de obesidade (IMC<sup>3</sup> 30kg/m<sup>2</sup>) foi 69%, enquanto que o sobrepeso (IMC = 25 a 29,99kg/m<sup>2</sup>) esteve presente em 31% do grupo. A grande maioria da amostra apresentou alto risco para o desenvolvimento de Doenças Cardiovasculares e diabetes, segundo o PC (86%) e a RCQ (93%). A prevalência de doenças não transmissíveis na amostra estudada foi de 62%, sendo que 33% apresentavam duas ou mais doenças. Do total de portadores de DNTs, 89% relataram história dessas doenças em familiares. Apesar de 38% dos pacientes afirmarem não sofrer com DNTs, 35% deles relataram casos na família. A Hipertensão Arterial (55%) foi a doença mais prevalente nos pacientes estudados. **Conclusão:** A obesidade mostrou-se um importante problema no grupo investigado, particularmente aquela localizada na região abdominal, que contribui para elevar ainda mais o risco de doenças não transmissíveis associadas à obesidade.

Desta forma, os pacientes estudados tornam-se alvo prioritário de ações educativas com vistas à redução de peso, melhora da distribuição de gordura corpórea e prevenção de doenças não transmissíveis, bem como de suas complicações. A ampliação desta amostra, assim como também a extensão do estudo a unidades básicas de saúde localizadas em outros bairros de São Luís poderá permitir a caracterização do perfil nutricional de pacientes com excesso de peso atendidos na atenção primária de saúde do município e embasar o planejamento e implantação de medidas preventivas na área de nutrição com vistas a melhorar a qualidade de vida desses indivíduos.

## PERFIL NUTRICIONAL DE INDIVÍDUOS FREQUENTADORES DE UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO DO MUNICÍPIO DE BELÉM-PA

Food Service

VALENTE, L.<sup>1</sup>; TORRES, A.<sup>2</sup>; SOUZA, T.<sup>3</sup>; FURTADO, C.<sup>4</sup>; MENDONÇA, X.<sup>5</sup>.

<sup>1</sup> Discente do Curso de Graduação em Nutrição da Universidade Federal do Pará.

<sup>2</sup> Nutricionista responsável técnica do Restaurante popular de Belém-Pa.

<sup>3</sup> Discente do Curso de Graduação em Nutrição do Centro Universitário do Pará.

<sup>4</sup> Docente da Faculdade de Nutrição do Centro Universitário do Pará.

<sup>5</sup> Docente da Faculdade de Nutrição da Universidade Federal do Pará.

Belém, Pará, Brasil.

Autor apresentador: Leila Leite Valente

**OBJETIVO:** O objetivo do presente estudo foi de analisar as condições nutricionais dos usuários de uma Unidade de Alimentação e Nutrição localizada no município de Belém-Pa, com o intuito de buscar estratégias de educação alimentar para este público.

**METODOLOGIA:** O presente estudo foi realizado no período de março à julho de 2010. Adotou-se um questionário semi-quantitativo com perguntas abertas e fechadas com o intuito de avaliar o estado nutricional dos usuários do restaurante. A coleta dos dados foi realizada por meio de aferição das medidas antropométricas de peso (kg) e estatura (cm). O peso e a estatura foram coletados uma vez por um único examinador. Os usuários foram pesados em pé, descalços, com o mínimo de vestuário (sapatos, chaves, cinto, carteiras), utilizando-se balança mecânica, da marca Balmak, com capacidade de 150 kg e sensibilidade de 100g. Após identificar o estado nutricional dos usuários, os mesmos receberam orientações individuais pela equipe de nutrição com base no resultado do seu IMC (baixo peso, eutrófico, sobrepeso, obesidade). **RESULTADOS:** Participaram do estudo 244 usuários os quais tiveram seu perfil nutricional avaliado pela equipe de nutrição e em seguida receberam orientações sobre alimentação saudável e adequada. Foram identificados 34% (n= 83) dos usuários encontravam-se classificados como eutróficos, 17% (n= 41) em obesidade, 45% com sobrepeso (n= 110) e 04% (n= 10) encontravam-se com baixo peso. **CONCLUSÃO:** Através dos resultados obtidos é possível planejar, elaborar, acompanhar e avaliar os cardápios servidos no restaurante popular, realizar um melhor equilíbrio nutricional das refeições oferecidas aos usuários, procurando melhor adequar os cardápios e concretizar ações de promoção da saúde aos usuários. Visto que foi constatado que os usuários não apresentaram um

bom diagnóstico nutricional, sendo o sobrepeso o maior fator de comprometimento da saúde desta população, podendo levar ao agravo ou surgimento de doenças crônicas não transmissíveis, desta forma, se faz necessário orientá-los à modificar seu consumo alimentar e promover no âmbito do restaurante medidas de incentivo voltadas a coletividade com necessidades nutricionais, como estratégias de informação, educação alimentar e nutricional, e promover a segurança alimentar e nutricional aos seus usuários.

## PERFIL NUTRICIONAL DE PACIENTES COM EXCESSO DE PESO ATENDIDOS NUMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE DO MUNICÍPIO DE SÃO LUÍS - MA.

Nutrição e Saúde Pública

ALENCAR, J. D.; COSTA, T. D. L.; LIRA, M. R.; MACHADO, S. P.

Universidade Federal do Maranhão, São Luís, Brasil.

Apresentador: Janete Daniel de Alencar

**Objetivo:** O objetivo desse estudo foi avaliar o estado nutricional e consumo alimentar de pacientes com excesso de peso atendidos numa Unidade Básica de Saúde do Município de São Luís.

**Metodologia:** Foram incluídos na pesquisa todos os pacientes com excesso de peso atendidos no período de junho a agosto/2010 pelo serviço de enfermagem da unidade de saúde que assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido. O estudo foi desenvolvido com 25 pacientes entre 21 e 69 anos, do sexo feminino, com a realização da avaliação antropométrica dos indivíduos através das medidas de peso e altura para cálculo do índice de massa corporal (IMC). Com base neste indicador, o estado nutricional dos pacientes foi classificado de acordo com os pontos de corte adotados pela Organização Mundial da Saúde. Como métodos para conhecer o hábito alimentar dos pacientes foram utilizados o formulário de marcadores do consumo alimentar do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional - SISVAN, elaborado pela Coordenação Geral da Política de Alimentação e Nutrição - CGPAN e o inquérito alimentar Recordatório 24 horas, onde as quantidades dos alimentos ingeridos foram coletadas em medidas caseiras e posteriormente convertidas em gramas e mililitros para serem analisadas, segundo Pinheiro et al (2005). **Resultados:** O grupo apresentou, em sua maioria (72%), estado nutricional de obesidade, sendo que 28% foi diagnosticado com sobrepeso. Com base no formulário de marcadores do consumo alimentar, apenas 8% da amostra consumiu vegetais crus e cozidos todos os dias da semana. Quanto à frequência diária do consumo de frutas e leite, a ocorrência foi de 48% e 64%, respectivamente. O consumo de feijão foi de 28% , considerando a frequência de pelo menos cinco vezes na semana. Já em relação aos alimentos menos nutritivos como: refrigerantes, salgadinhos, bombons, biscoitos doces, batata frita, chocolates entre outros o inquérito mostrou que 55% dos indivíduos não consumiram esses alimentos. Quanto às médias de ingestão, verificou-se excesso de carboidratos 191,64g (147,4% de adequação) e de proteínas 79,07g (179,7% de adequação). Em relação ao VCT observou-se que o consumo médio foi de 1.354,87 kcal, tendo percentual de adequação de 61,6%. O consumo de lipídios foi de 30,23g e percentual de adequação 43,2%. Com relação às vitaminas A e C os valores consumidos foram abaixo do recomendado (43,03% e 80,14% respectivamente), o que pode ser explicado pela baixa ingestão de frutas e verduras. Quanto aos minerais, ocorreu baixo consumo de cálcio (35,05%), e excesso de consumo de ferro (118,55%). **Conclusão:** Os resultados apresentaram evidências de que o grupo estudado possui uma baixa

ingestão de vitamina A, C, e cálcio, nutrientes essenciais para a saúde. Concluiu-se, portanto, que os pacientes da amostra, apresentam dieta habitual inadequada, considerando a associação do excesso de peso e, especialmente da obesidade. Dessa forma, faz-se necessário à promoção de ações educativas que orientem e sensibilizem os indivíduos para adoção de uma alimentação saudável, garantindo, assim, a melhoria da qualidade de vida e a prevenção de doenças associadas a hábitos alimentares pouco saudáveis, estimulando a reconstrução de um melhor estilo de vida.

### PERFIL NUTRICIONAL DOS AGENTES COMUNITÁRIOS DE SAÚDE DA UNIDADE MISTA DE SAÚDE DE PAJUÇARA.

Nutrição e Saúde Pública

Amarante, M.do S.M.; Lima, R.S.F.S. Silva, I.F.da  
Unidade Mista de Saúde de Pajuçara, R. do Maracai s/n- Natal/  
RN, Brasil. E-mail:  
rosangela\_sandra@yahoo.com.br

O presente trabalho teve como objetivo avaliar o estado nutricional dos agentes comunitários de saúde (ACS). O que será de fundamental importância na identificação precoce dos fatores de risco para o desenvolvimento das DCNT e na busca de estratégias que visem à prevenção e controle desses fatores. A população em estudo compreendeu 15 ACS. Os dados foram coletados através de consultas individuais realizadas pelos pesquisadores durante o mês de janeiro de 2009. Para a caracterização do perfil dos sujeitos optou-se pela avaliação nutricional composta por: avaliação antropométrica, bioquímica, clínica e dietética. Para avaliação antropométrica foram mensuradas as variáveis peso, estatura e circunferência da cintura, sendo posteriormente calculado o Índice de Massa Corpórea (IMC). A avaliação bioquímica se deu pela dosagem de glicemia em jejum, colesterol total e triglicerídeos. Os exames foram previamente solicitados e realizados na própria unidade de saúde. Durante a avaliação foi aferida a pressão arterial e obtidas informações referentes a história familiar de DCNTs. A avaliação dietética se deu pela aplicação do teste "Como está sua alimentação?" desenvolvido pelo Ministério da Saúde. Os dados obtidos foram apresentados em média e desvio-padrão. Os indivíduos em sua grande maioria são do sexo feminino (87%), n= 13 com idade média de 41,53±8,41 anos. Nenhum destes era tabagista e 27% relataram consumo de bebidas alcoólicas. Dentre as DCNTs pesquisadas a de maior relevância foi a hipertensão arterial com história familiar em 87%. Quanto a atividade física, 73% não relataram a prática, entre os que relataram a periodicidade é de três vezes por semana. A avaliação antropométrica revelou o IMC de 25,63±3,27, o que caracteriza sobrepeso. A circunferência da cintura no sexo feminino foi de 82,77±10,64 cm, o que indica risco aumentado para doenças cardiovasculares. As dosagens bioquímicas mostraram um perfil lipídico elevado, colesterol 237,92±51,3 mg/dL e triglicerídeos 164,38±68,57 mg/dL. Todos os indivíduos apresentaram-se normoglicêmicos (88,85±8,6 mg/dL). Quanto à avaliação dietética, a contagem dos pontos do teste " como está sua alimentação " apresentou uma média de 36±4,71 pontos indicando a necessidade da adoção de bons hábitos relacionados à alimentação e prática de atividade física. Diante dos resultados obtidos podemos concluir que a população em estudo apresenta-se vulnerável ao desenvolvimento de DCNTs, demonstrando a necessidade da realização de um trabalho educativo com os agentes comunitários de saúde incentivando hábitos saudáveis para uma melhor qualidade de vida.

### PERFIL NUTRICIONAL E PRINCIPAIS QUEIXAS A RESPEITO DA SAÚDE DE TRABALHADORES EM USINAS DE CANA DE AÇÚCAR E ÁLCOOL NO INTERIOR DE SÃO PAULO E AS INFLUÊNCIAS DA CAMPANHAS DE EDUCAÇÃO NUTRICIONAL

Nutrição e Saúde Pública

MATOS, Sônia Regina da Silva<sup>1</sup>; D'ANTONIO, Fábio Marinho<sup>1</sup>; SANTOS, Maria Helena de Oliveira<sup>1</sup>; LEBRÃO, Renata Lacerda<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> Docentes da FTC – Faculdade de Tecnologia e Ciências.

Apresentador do trabalho: Sônia Regina da Silva Matos

**Objetivo:** Verificar as principais queixas sobre problemas de saúde destes trabalhadores, o perfil nutricional e sócio econômico e a percepção dos mesmos sobre a importância da alimentação saudável na prevenção das doenças crônicas não transmissíveis.

**Metodologia:** Foi realizado um estudo longitudinal, descritivo de 2000 a 2003, aplicando formulários em amostra de 10%, definidos no universo de usuários do restaurante. Assim, de cada dez indivíduos que passaram para almoçar, um foi escolhido aleatoriamente para responder ao formulário, constituindo-se em uma amostragem sistemática. O instrumento da coleta de dados foi um questionário semi-estruturado. A partir desses formulários foram obtidos dados de peso e altura através da balança da marca filizola com precisão de 0,1 kg para peso e 0,1cm para altura com capacidade até 150kg. Os dados correspondentes às queixas, foram coletados nos prontuários no mesmo período. O índice de massa corpórea foi calculado através da fórmula (kg/M<sup>2</sup>). Para o programa estatístico utilizou-se o SPSS.17. **Resultados:** Foram verificados, que as principais queixas relatadas pelos funcionários no ano de 2000 foram hipertensão e dores musculares, sendo que a porcentagem referente à variável sem queixas foi prevalente em todos os anos, evoluindo de 32.23% para 74.85% em 2003. Em 2003 prevaleceu a queixa de hipertensão de 6,43% e dores musculares. Para o IMC calculados nos 3 anos, apesar de apresentarem diferenças numéricas, estatisticamente não apresentaram diferenças significativas. **Conclusão:** As análises dos dados permitiram identificar que houve uma diminuição no percentual de queixas quanto aos problemas de saúde, sendo a variável, sem queixas, a mais prevalente. Em relação ao índice de massa corpórea, verificou-se que prevaleceu o valor de 25,31, faixa correspondente aos pré-obesos. Sendo assim, faz-se necessário avaliações das especificidades das recomendações estabelecidas pelo PAT programa de alimentação do trabalhador, e incentivo aos hábitos alimentares saudáveis, com o intuito de promoção da saúde e qualidade de vida da população.

**Palavras chave:** Perfil, Saúde, Queixas; Trabalhadores; Campanhas; Educação.

### PERFIL SÓCIO-DEMOGRÁFICO E NUTRICIONAL DOS PACIENTES ATENDIDOS PELO PROGRAMA DE NUTRIÇÃO E SAÚDE (PRONUSA) DA UFPA, NO PERÍODO DE 2008-2010, BELÉM-PARÁ

Nutrição e Saúde Pública

Davila, L ; Moura, F. ; Marques, M.; Dutra, C; Ono, Y; Martens, I.

Universidade Federal do Pará, Belém – Brasil.

Autor apresentador do trabalho: Liohanna Silva Pires d'Ávila

**Objetivo:** Traçar o perfil sócio-demográfico e nutricional dos pacientes atendidos pelo PRONUSA, da Universidade Federal do Pará, no período de janeiro de 2008 até junho de 2010. Metodologia

: Foi realizado um estudo transversal que analisou os protocolos de atendimentos dos pacientes que continham dados sócio-demográficos (nome, idade, sexo, ocupação e escolaridade) estilo de vida (tabagismo, alcoolismo e prática de atividade física); dados antropométricos (peso, altura e IMC) e a presença/ou não de doenças e agravos não transmissíveis (diabetes, hipertensão e dislipidemias) Para análise estatística, utilizou-se o programa Epi-info, versão 3.5.1. Resultados: Dos 68 pacientes estudados, 8 foram excluídos da amostra devido os dados estarem incompletos. A idade média encontrada foi de 31 anos  $\pm$  12, variando de 14 a 70 anos. A participação maior dentre amostra foi do sexo feminino com 82,4% e de estudantes com 73,5%. Quanto a escolaridade, a maioria possuía o nível superior incompleto (42,4%). No estilo de vida, verificou-se que o tabagismo foi de 8,8% e o etilismo de 50,0%. O peso médio encontrado foi de 71,95 kg  $\pm$  21,05 e altura média de 1,62 m  $\pm$  0,9. O excesso de peso foi o mais prevalente dentre os pacientes (IMC médio= 27,24 Kg/m<sup>2</sup>  $\pm$  7,06 Kg/m<sup>2</sup>). Foi observado que a maioria dos pacientes (58,8%) não praticava atividade física. Quanto as DANT's, verificou-se que 13,2% dos pacientes auto referiam hipertensão arterial sistêmica, 4,4% diabetes e 33,8% dislipidemia. Conclusão: A identificação do excesso de peso e a presença de fatores de risco prevalentes para o risco em saúde e nutrição nesta população são fundamentais para provisão de um trabalho contínuo de educação nutricional como instrumento necessário de atenção básica, para promoção de um estilo de vida mais saudável.

#### PERFIL SOCIOECONÔMICO DOS USUÁRIOS DE UM RESTAURANTE POPULAR DO MUNICÍPIO DE BELÉM – PA

Food Service

VALENTE, L.<sup>1</sup>; AZEVEDO, J.<sup>1</sup>; COSTA, L.<sup>2</sup>; MENDONÇA, X.<sup>2</sup>; TORRES, A.<sup>3</sup>; SABBÁ, J.<sup>4</sup>.

<sup>1</sup> Discentes do Curso de Graduação em Nutrição da Universidade Federal do Pará.

<sup>2</sup> Docentes da Faculdade de Nutrição, Universidade Federal do Pará.

<sup>3</sup> Nutricionista do Restaurante Popular.

<sup>4</sup> Gerente Administrativo do Restaurante Popular de Belém- Pa.

Belém, Pará, Brasil.

Autor apresentador: Leila Leite Valente

**OBJETIVO:** O presente estudo tem como finalidade traçar o perfil socioeconômico dos usuários de um dos restaurantes populares do município de Belém, Pará. **METODOLOGIA:** Para tal foi aplicado um questionário semi-quantitativo com perguntas abertas e fechadas referentes à situação socioeconômica, tais como: escolaridade, estado civil, profissão, naturalidade e renda mensal dos indivíduos pesquisados. Os dados foram analisados com o auxílio do programa Excel versão 2007 e o software Epi Info. **RESULTADOS:** Foram entrevistados 177 usuários do restaurante popular, 80% (n=142) são paraenses e do sexo masculino, 74% (n=131) concluí o ensino médio, 62% (n=110) não possuía computador em sua residência, 44% (n=78) quanto ao estado civil 54% (n=96) são solteiros, 50% (n=88) estão empregados, tendo uma renda média de um salário mínimo. **CONCLUSÃO:** De acordo com o resultado da pesquisa, conclui-se que o perfil socioeconômico dos usuários do restaurante popular está atendendo os objetivos preconizados pelo Manual do Programa Restaurante Popular desenvolvido pelo Ministério do Desenvolvimento Social e Combate a Fome de 2005, ou seja, atende uma clientela de baixa renda que em sua maioria trabalham nas

proximidades do restaurante, já que possivelmente não teriam condições de adquirir uma alimentação saudável e adequada do ponto de vista nutricional e higiênico-sanitário a um preço acessível a todos. Conhecer as condições socioeconômicas de usuários frequentadores de um Restaurante Popular é importante, para caracterizá-los e promover planos de ações voltados para segurança alimentar da clientela. Uma vez que cada indivíduo possui uma história diferente, hábitos diferentes e costumes diferentes.

#### PERFIL SOCIOECONÔMICO E CONSUMO ALIMENTAR DE FREQUENTADORES DE DUAS ACADEMIAS ESPORTIVAS EM SÃO LUIS – MA

Nutrição e Saúde Pública

MACHADO, A.T.S.<sup>1</sup>; CAVALCANTE, L.F.P.<sup>1</sup>; PADILHA, L.L.<sup>1</sup>; ROCHA, N.P.<sup>1</sup>; CANTANHEDE, R.C.A.<sup>1</sup>; SANTOS, S. de J.L.<sup>1</sup>; MACHADO, S.P.<sup>2</sup>

1. Acadêmica de nutrição da Universidade Federal do Maranhão

2. Professora Assistente da Universidade Federal do Maranhão

Universidade Federal do Maranhão- UFMA, São Luís-MA

Apresentador: Andressa Talícia Santos Machado

**Objetivo:** Analisar a situação socioeconômica e o consumo alimentar em frequentadores de duas academias de ginástica em São Luis do Maranhão. **Métodos:** Foi realizado um estudo transversal com análise descritiva, envolvendo 41 indivíduos de ambos os sexos, com idade de 14 a 49 anos, matriculados em duas academias esportivas de São Luis – MA. Participaram do estudo todos aqueles indivíduos que frequentaram a academia no período da coleta de dados e que aceitaram participar do estudo. Aqueles que concordaram em participar assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido. Para a coleta de dados foi utilizado um questionário composto por perguntas sobre práticas alimentares e situação econômica. Os participantes responderam ainda o questionário de frequência alimentar (QFA), elaborado pelo Ministério da Saúde. A análise dos dados obtidos foi realizada através do cálculo de porcentagens. **Resultados:** Do público estudado, 39,1% possuía nível superior completo, renda de sete ou mais salários mínimos (43,9%) e não houve casos de indivíduos que não frequentaram escola e/ou salário inferior ao mínimo estabelecido. O número de pessoas por habitação variou, sendo que 26,9% das residências continham até 3 pessoas, 70,7% de 4 a 7 moradores e 2,4% possuíam 8 ou mais indivíduos. Em relação ao número de refeições realizadas 12,4% dos entrevistados afirmaram consumir 3 ou menos refeições ao dia, e 87,8% realizaram de 4 a 6 refeições/dia. Quanto à frequência de consumo alimentar, 4,9% da amostra não havia consumido salada crua nos últimos sete dias e 39% ingeriram diariamente; 4,9% dos entrevistados não consumiram frutas na última semana e 56,1% comeram durante os sete dias; 31,6% consumiram feijão menos que cinco vezes na semana, 4,9% ingeriram cinco vezes/semana, 7,3% seis vezes/semana e 51,2% todos os dias da semana; 68,2% dos alunos consumiram fast food por duas ou menos vezes/semana e 73,1% consumiram refrigerante de dois a um dia por semana ou não consumiram. **Conclusão:** Neste estudo pôde-se perceber que boa parte dos alunos, entrevistados, apresentava um bom nível de escolaridade, um número adequado de refeições diárias, recursos para a prática de atividade física e para uma alimentação saudável, no entanto, ao contrário do que se esperava,

observou-se uma quantidade significativa de pessoas que não consumiam todos os dias os alimentos de recomendação diária, assim como foi encontrado, um consumo menor que cinco vezes/semana de feijão, ou seja, menos do que o recomendado.

### PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA, PRESSÃO ARTERIAL E EXCESSO DE PESO EM HIPERTENSOS ACOMPANHADOS EM UMA UNIDADE DE SAÚDE DA FAMÍLIA DE CARUARU-PE

Nutrição e Saúde Pública

SILVA, Regina Katiuska Bezerra; SILVA, Roxana Patrícia Bezerra; BEZERRA, Raphaella Kathiane;; ARRUDA, Marcella Moreira. INSTITUIÇÃO – Secretaria de Saúde do município de Caruaru – Pernambuco/Brasil.

**Objetivo:** Verificar a associação entre prática de atividade física, pressão arterial e excesso de peso em hipertensos acompanhados em uma unidade de saúde da família do município de Caruaru. **Métodos:** Trata-se de um estudo transversal analítico, realizado no período de março a maio de 2010. Considerou-se praticante de atividade física os que se exercitavam pelo menos trinta minutos com frequência de quatro vezes por semana. A pressão arterial foi considerada elevada quando os pacientes apresentavam valores maiores de 130 x 80 mmHg (OMS, 1998). Avaliaram-se ainda peso, altura e Índice de Massa Corporal (IMC), sendo os hipertensos adultos classificados com excesso de peso os que apresentavam IMC e<sup>o</sup> 25 kg/m<sup>2</sup> (Organização Mundial de Saúde, 1997) e os idosos com IMC e<sup>o</sup> 27 kg/m<sup>2</sup> (Lipschitz, 1994). A pesquisa da associação entre variáveis categóricas nominais foi realizada através do teste do qui-quadrado (c<sup>2</sup>), resultando na determinação dos percentuais (%), Razão de Prevalência (RP) e respectivo Intervalo de Confiança de 95%. O nível de significância estatístico adotado foi de 5%. **Resultados:** Estudo envolvendo 163 indivíduos, composta de 66,3% do sexo feminino. A média de idade foi de 58,6 anos (DP ± 13,5). Observou-se que 68,7% dos indivíduos (n=112) apresentaram médias elevadas de pressão arterial sistólica de 138 ± 13,8 mmHg e 92 ± 22,1 mmHg de pressão arterial diastólica. A prevalência de hipertensão arterial foi maior em 62/89 dos praticantes de atividade física (69,7%; IC<sub>95%</sub>: 59,0-78,9), quando comparado a 50/74 dos sedentários (67,6%; IC<sub>95%</sub>: 55,7-78,0), sem diferença estatística significativa (RP=0,97; IC<sub>95%</sub>: 0,79-1,20; p=0,90). Identificou-se que 71,9% (IC<sub>95%</sub>: 58,4-83,0) dos hipertensos praticantes de atividade física com níveis pressóricos elevados, apresentavam excesso de peso, porém não resultou em diferença quando comparado ao grupo de hipertensos sedentários (RP=1,10; IC<sub>95%</sub>: 0,81-1,48; p=0,70). **Conclusão:** Os dados obtidos mostram que não houve associação entre a prática de atividade física, hipertensão arterial e excesso de peso, contudo, observou-se que os hipertensos que apresentavam níveis pressóricos descontrolados se exercitam em maior frequência por estarem acima do peso ideal quando comparados com os hipertensos sedentários. **Palavras-chave:** Atividade física, pressão arterial, excesso de peso, adultos, idosos.

### PRÁTICA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS E NÚMERO DE REFEIÇÕES DIÁRIAS POR FREQUENTADORES DE DUAS ACADEMIAS ESPORTIVAS EM SÃO LUÍS - MA

Nutrição Esportiva

CANTANHEDE, R.C.A. <sup>1</sup>; MACHADO, A.T.S. <sup>1</sup>; CAVALCANTE, L.F.P.<sup>1</sup>; PADILHA, L.L. <sup>1</sup>; ROCHA, N.P. <sup>1</sup>; SANTOS, S. de J.L. <sup>1</sup>; MACHADO, S.P.<sup>2</sup>

1. Acadêmica do curso de nutrição da Universidade Federal do Maranhão
2. Professora Assistente da Universidade Federal do Maranhão Universidade Federal do Maranhão- UFMA – São Luís – Maranhão – Brasil

Apresentador: Rosângela Cristina Araujo Cantanhede

**Objetivo:** Investigar as práticas de exercícios físicos e o número de refeições diárias entre alunos de duas academias em São Luís do Maranhão. **Metodologia:** Foi realizado um estudo transversal com análise descritiva, envolvendo 41 indivíduos de ambos os sexos, com idade de 14 a 49 anos, matriculados em duas academias de São Luís – MA. Participaram do estudo todos aqueles indivíduos que frequentaram a academia no período da coleta de dados e que aceitaram participar do estudo. Aqueles que concordaram em participar assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido. Para a coleta de dados foi utilizado um questionário composto por perguntas sobre práticas alimentares e de exercícios físicos (duração, a frequência e as modalidades). A análise dos dados obtidos foi realizada através do cálculo de porcentagens. **Resultados:** Em relação ao tipo de atividade executada pelos alunos, observou-se que grande parte dos entrevistados realizava mais de um tipo de exercício físico, sendo musculação o tipo mais citado (92,7%), seguido da ginástica (34,1%), dança (12,2%), spinning (12,2%), artes marciais (9,8%) e com uma menor preferência, a natação (4,9%) e o body system (4,9%). No que diz respeito ao tempo, a frequência e a duração das atividades físicas, a maior parte dos entrevistados (36,6%) tinham essa prática há menos de um ano, (58,5%) se exercitavam de 3 a 5 dias/semana e (53,7%) executavam atividade entre 2 e 3 horas diárias. No tocante ao número de refeições realizadas 2,4% dos entrevistados afirmaram consumir menos do que 3 refeições ao dia, 9,8% relataram a presença de 3 refeições diárias e 87,8% realizaram de 4 a 6 refeições/dia. **Conclusões:** A recomendação atual para prática de atividade é de pelo menos 150 minutos/semana, no presente estudo foi possível observar que a maioria dos entrevistados praticavam de 360 a 900 minutos por semana e realizavam de 4 a 6 refeições ao dia, demonstrando proporcionalidade entre prática de atividade física e o número de refeições diárias.

### PRÁTICA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS EM IDOSOS ATENDIDOS POR UM PLANO DE SAÚDE EM SÃO LUÍS - MARANHÃO

Nutrição e Saúde Pública

LUNA, L.1; REIS, M.1; MOREIRA, P.1; MACHADO, S.2

1. Acadêmica do curso de Nutrição – Universidade Federal do Maranhão- UFMA
2. Professora Msc. – Universidade Federal do Maranhão- UFMA Universidade Federal do Maranhão – UFMA. São Luís - Brasil Autora apresentadora do trabalho: Larissa Marques Luna

**Objetivo:** Investigar a prática de exercícios físicos entre os idosos atendidos por um Plano de Saúde em São Luís, Maranhão. **Metodologia:** Este estudo, de delineamento transversal, foi realizado em um consultório particular que atende a conveniados de um Plano de Saúde na cidade de São Luís, MA. Foram entrevistados

idosos, com 60 anos de idade ou mais, de ambos os sexos. A coleta foi realizada no período de junho e julho de 2010. Os indivíduos que concordaram em participar da pesquisa assinaram um termo de consentimento livre e esclarecido. Os dados foram coletados através de um questionário contendo dados sócio-demográficos e relativos à prática de exercícios físicos (tipo, frequência e duração). A análise dos dados foi do tipo descritiva, utilizando-se valores percentuais para as variáveis qualitativas e médias para aquelas quantitativas.

**Resultados:** O grupo, formado por 66 idosos, apresentou idade média de 72,9 anos, e foi predominantemente do sexo feminino (74,24%). A maioria dos entrevistados (66,67%) tinha pelo menos o ensino médio completo e apenas 9,09% (6) da amostra não tinha concluído o ensino fundamental. Menos da metade (45,45%) dos pacientes relataram praticar exercícios físicos, sendo que apenas 63,33% (19) destes o fazem pelo menos três vezes por semana. A duração, entre todos os praticantes de exercícios físicos, foi de pelo menos 30 minutos por dia. A modalidade mais referida foi a caminhada (63,34%), seguida pela musculação (13,34%).

**Conclusão:** A prevalência de praticantes de exercícios físicos no grupo estudado foi baixa, apesar da boa escolaridade, que aparece associada positivamente com a prática de exercícios. Idosos constituem o grupo de maior prevalência de doenças não transmissíveis e, por isso, medidas preventivas, com foco no incentivo a adoção de estilos de vida saudáveis, incluindo-se a prática de exercícios físicos, são indispensáveis para o grupo em questão.

#### PRÁTICAS DE ALIMENTAÇÃO INFANTIL DE CRIANÇAS FREQUENTADORAS DE CRECHES PÚBLICAS DO MUNICÍPIO DE SÃO PAULO – SP

Nutrição e Saúde Pública

Toloni MHA\*, Longo-Silva G, Taddei JAAC

Disciplina de Nutrologia, Departamento de Pediatria da Universidade Federal de São Paulo – UNIFESP, São Paulo, SP, Brasil.

\* autor que irá apresentar o trabalho

E-mail: maysatoloni@yahoo.com.br

**Objetivo:** Descrever e discutir a introdução de alimentos industrializados na dieta de crianças frequentadoras de berçários em creches, considerando a recomendação do Guia Alimentar do Ministério da Saúde para uma Alimentação Saudável.

**Metodologia:** Estudo do tipo transversal com 270 crianças, de ambos os sexos, com faixa etária entre quatro e 29 meses, que frequentavam regularmente os berçários de oito creches públicas e filantrópicas do município de São Paulo e que foram autorizadas pelos pais ou responsáveis a participarem da pesquisa ao assinarem o termo de consentimento informado livre e esclarecido. Por meio de questionário estruturado e pré-codificado foi avaliada a introdução de alimentos. Para cada alimento analisado foi registrada a idade em meses de introdução e avaliada a concordância com o oitavo passo do Guia Alimentar do Ministério da Saúde. No estudo das associações, utilizou-se o teste Qui-quadrado e as variáveis estudadas foram idade e escolaridade maternas, renda familiar, trabalho da mãe fora do lar.

**Resultados:** Os resultados mostram que para aproximadamente 2/3 das crianças (67%) foram oferecidos, antes dos 12 meses, alimentos com potencial obesogênico, como macarrão instantâneo, salgadinhos, bolacha recheada, suco artificial, refrigerante e bala/

pirulito/chocolate. São os filhos de mães com baixa escolaridade, mais jovens e com menor renda, os mais susceptíveis ao erro alimentar de introdução precoce de alimentos industrializados.

**Conclusões:** Diante desses resultados, medidas educativas e preventivas devem ser propostas para a formação de hábitos alimentares saudáveis desde a infância, além da criação de campanhas abrangentes e efetivas que estimulem o consumo de frutas e hortaliças, considerando-se os fatores culturais, comportamentais e afetivos envolvidos com a alimentação.

**Palavras-chave:** alimentos industrializados; nutrição infantil; consumo de alimentos; comportamento alimentar; hábitos alimentares.

#### PREDIÇÃO DE ANORMALIDADES CARACTERÍSTICAS DA SÍNDROME METABÓLICA POR MEIO DO PERÍMETRO DA CINTURA AFERIDO EM DIFERENTES LOCAIS ANATÔMICOS EM IDOSAS

Nutrição Clínica, Nutrição e Saúde Pública

Paula, H. A. A.<sup>1</sup>; Abranches, M. V.<sup>2</sup>; Ribeiro, R. C. L.<sup>3</sup>; Rosado, L. E. F. P. L.<sup>3</sup>; Franceschini, S. C. C.<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Nutricionista, M.Sc., Discente do Programa de Pós-Graduação em Ciência e Tecnologia de Alimentos, Universidade Federal de Viçosa;

<sup>2</sup> Nutricionista, M.Sc., Discente do Programa de Pós-Graduação em Biologia Celular e Estrutural, Universidade Federal de Viçosa;

<sup>3</sup> Docente do Curso de Nutrição, Departamento de Nutrição e Saúde, Universidade Federal de Viçosa.

**Instituição:** Universidade Federal de Viçosa, Viçosa, MG, Brasil.

\*Autora quem irá apresentar o trabalho

**Introdução:** O envelhecimento desencadeia modificações na composição corporal como o incremento da distribuição central de gordura, a qual associa-se com anormalidades metabólicas e cardiovasculares, principalmente nas mulheres. Evidências científicas têm indicado o perímetro da cintura como medida antropométrica que apresenta forte correlação com os depósitos de gordura corporal. Os locais para mensuração do perímetro da cintura diferem, por serem também variáveis os marcos anatômicos utilizados. Contudo, não há método universalmente aceito e as discrepâncias na modalidade de aferição dessa medida podem induzir diferentes resultados. **Objetivo:** O presente estudo teve como objetivo comparar medidas de perímetro da cintura, aferidas em diferentes pontos anatômicos do abdômen e avaliar quais delas apresentam melhor poder preditivo para o risco de síndrome metabólica (SM) e para seus componentes isolados, em idosas.

**Metodologia:** A amostra incluiu 113 mulheres (60-83 anos), adstritas no Programa Saúde da Família, do município de Viçosa-MG, as quais foram submetidas a aferição de medidas antropométricas, pressão arterial, perfil lipídico, glicemia de jejum e de questões relacionadas a hábitos de vida e condições de saúde. Foram efetuadas análises por meio da curva ROC, testes de comparação (*t de Student* ou *Mann Whitney*) e correlações (*Pearson*, *Spearman* e *parciais*). Para processamento e análise dos dados foram utilizados os softwares Excel, SPSS versão 15.0, SigmaStat versão 2.03 e MedCalc versão 9.3. Para rejeição da hipótese de nulidade adotou-se como nível de significância estatística  $p < 0,05$  para todas as comparações. A normalidade da distribuição das variáveis foi determinada a partir do teste de *Kolmogorov-Smirnov*. **Resultados:** A amostra foi composta por mulheres com idade mediana de 65 anos, tendo predominado eutróficas (47,8%), que viviam com um companheiro (55,8%), não fumantes (85,8%), não habituadas ao uso de bebida

alcoólica (69,0%), não praticantes de exercício físico regular (70,8%), que nunca fizeram uso da terapia de reposição hormonal (65,5%) e que auto-definiram possuir um bom estado de saúde (53,1%). Dos marcadores de risco para a síndrome metabólica se destacaram a obesidade abdominal (64,6%), os altos níveis pressóricos (54,9%), baixos níveis de HDL-c (35,4%) e hipertrigliceridemia (30,1%). Ao considerar a combinação de todos os fatores, a ocorrência da síndrome metabólica foi de 30,9%, de acordo com a definição do *National Cholesterol Education Program's Adult Treatment Panel III*-NCEP-ATPIII, que é adotada na I Diretriz Brasileira de Diagnóstico e Tratamento da Síndrome Metabólica. O perímetro da cintura (PC) ao nível umbilical apresentou as maiores áreas sob a curva ROC ( $p < 0,05$ ) na identificação da SM ( $0,694 \pm 0,079$ ). Diante dos resultados encontrados, sugere-se que para avaliação de mulheres idosas com características similares a amostra em estudo, sejam adotados o nível umbilical (PC) para aferição antropométrica na identificação de síndrome metabólica. Apoio: FAPEMIG e CNPq.

**Palavras-chave:** Síndrome metabólica, Idoso, Adiposidade, Antropometria, Predição de risco.

PREVALÊNCIA DE PACIENTES COM EXCESSO DE PESO ASSOCIADOS À HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA E/OU DIABETIS MELLITUS TIPO 2 NOS PSF DA CIDADE DE CÂNDIDO SALES, BAHIA  
Nutrição e Saúde Pública

SAITO, Verônica de Sousa Takashi<sup>2</sup>; D'ANTONIO, Fábio Marinho<sup>2</sup>; FIGUEREDO, Daiana Pires<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> Acadêmico do Curso de Nutrição da FTC – Faculdade de Tecnologia e Ciências

<sup>2</sup> Docentes da FTC – Faculdade de Tecnologia e Ciências.  
Apresentador do trabalho: Daiana Pires Figueredo

Por ser a obesidade e suas doenças associadas um problema em constante ascensão no Brasil e no mundo, este trabalho tem como **objetivo:** Identificar a Prevalência de pacientes com excesso de peso associados à Hipertensão Arterial Sistêmica e/ou *Diabetes Mellitus* tipo 2 nos PSFs da cidade de Cândido Sales, Bahia. **Métodos:** O estudo foi de caráter descritivo, seguindo o delineamento de inquérito epidemiológico nos serviços de saúde. A população foi constituída por um universo de 778 pacientes hipertensos (pressão arterial sistólica maior ou igual a 140mmHg, pressão arterial diastólica maior ou igual a 90mmHg ou em uso de medicação hipertensiva), e/ou obesos ou com excesso de peso e/ou portadores de *Diabetes Mellitus* tipo 2 com faixa etária acima de 20 anos, cadastradas nas unidades básicas de saúde, sendo duas na zona rural e três na zona urbana. **Resultados:** Mostraram predominância do sexo feminino, idosas, não praticantes de atividade física, com baixa escolaridade, pouca presença de doenças hereditárias para hipertensão, DM e sobrepeso/obesidade. Das 778 fichas analisadas, 272 apresentavam sobrepeso/obesidade associado à hipertensão e 37 acrescidos a estes a DM. **Conclusão:** Os resultados enquadram a comunidade pesquisada como grupo alvo de ações de saúde destinadas ao controle das doenças crônico-degenerativas.

**Palavras-Chave:** Obesidade; Hipertensão Arterial Sistêmica; Diabetes Mellitus tipo 2; Doenças Crônicas Não Transmissíveis.

PRESEÇA DE ESPÉCIES DA FAMÍLIA *ENTEROBACTERIACEA* EM SALADAS *IN NATURA* SERVIDAS EM RESTAURANTE “SELF-SERVICE” NA CIDADE DE SÃO LUÍS/MA

Nutrição e Saúde Pública

ALVES, F. M. M. L.; NASCIMENTO, A. R.; MARTINS, A. G. L. A.; SILVA, D. S. V.; ARAGÃO, N. E.; OLIVEIRA, F. C. C.  
Universidade Federal do Maranhão, São Luís/MA, Brasil.

O consumo de saladas preparadas com hortaliças cruas e servidas em restaurantes “self-service” apresenta alto risco de contaminação microbiológica, quando as condições sanitárias são insatisfatórias, caracterizando riscos a saúde dos consumidores em virtude da possível presença de bactérias patogênicas. O objetivo desta pesquisa foi verificar a presença de espécies pertencentes à família *Enterobacteriaceae* em saladas *in natura* servidas em restaurantes “self-service” na cidade de São Luís/MA. Foram coletadas 30 amostras durante os meses de maio a julho de 2010. Para o isolamento e identificação das colônias típicas de espécies de enterobactérias nas amostras de saladas, utilizou-se o método do Número Mais Provável (NMP/g) para coliformes a 45°C com posterior plaqueamento Agar MacConkey, seguido da identificação bioquímica pelo sistema API-20E. Todas as amostras apresentaram-se contaminadas por coliformes a 45°C, sendo que, 83,34% das amostras apresentaram valores acima do permitido pela Legislação Brasileira, RDC Nº 12/2001 (ANVISA). Nas amostras analisadas foram identificadas as espécies de enterobactérias: *Escherichia coli* (83,33%), *Escherichia fergusonii* (3,34%), *Escherichia vulneris* (3,34%), *Enterobacter gergoviae* (23,33%), *Enterobacter minipressuralis* (3,34%), *Enterobacter fergusonii* (3,34%), *Enterobacter amnigenus* (3,34%), *Enterobacter agglomerans* (3,0%), *Serratia marcescens* (16,66%), *Serratia odorifera* (3,34%), *Serratia fonticola* (3,34%), *Citrobacter diversus* (6,66%), *Klebsiella oxytoca* (6,66%), *klebsiella pneumoniae* (3,34%), *Kluyvera ascorbata* (6,66%), *Hafnia alvei* (6,66%), *Providencia stuartii* (3,34%) e *Providencia alcalifaciens* (3,34%). Portanto, de acordo com os resultados obtidos nesta pesquisa, os restaurantes “self-service” avaliados na cidade de São Luís/MA, estão oferecendo saladas com qualidade microbiológica insatisfatória aos consumidores, tornando-as possíveis veiculadoras de microrganismos patogênicos, oferecendo riscos à saúde do consumidor, podendo levar à toxinfecções alimentares.

**Palavras-Chave:** Saladas; Restaurantes “self-service”, Enterobactérias, Saúde Pública.

PREVALÊNCIA DE DEFICIÊNCIA PROTÉICA EM PACIENTES SUBMETIDOS À CIRURGIA BARIÁTRICA UTILIZANDO TÉCNICA DE BYPASS GÁSTRICO EM Y DE ROUX EM UMA CLÍNICA PARTICULAR EM GOIÂNIA – GO

Nutrição Clínica

Autores (as): MORAIS, P.; COTA, B.; LEÃO, A. Instituição: Clínica Vigore – Goiânia / Brasil. Apresentador (a): Polyana Resende Silva de Moraes (MORAIS, P.).

A obesidade apresenta níveis crescentes em todo o mundo e para seu tratamento são utilizados parâmetros dietéticos, prática de atividade física e uso de fármacos que apresentam sucesso limitado em curto prazo e quase inexistente em longo prazo. Nesse contexto, o tratamento cirúrgico vem sendo realizado com grande frequência,

uma vez que tem demonstrado eficácia no tratamento e controle da obesidade em longo prazo. A principal técnica cirúrgica realizada atualmente é a do Bypass Gástrico em Y-de-Roux proposta por Fobi e Capella, que apresenta ótima eficácia e baixa morbimortalidade. Tal técnica impede o contato adiantado do alimento com secreções bilio-pancreáticas por meio de uma alça jejunal de 100 cm. Mantém-se um microestômago com capacidade de apenas 30 a 50 mL, sendo que todo o restante do órgão é excluído do trânsito digestivo, promove assim perda de peso e aumento dos riscos nutricionais por restringir a entrada de macro e micronutrientes e desvio das áreas absorptivas e secretoras do estômago e do intestino delgado. Ocasionalmente apresenta deficiência protéica, energética, de vitaminas lipossolúveis, vitamina B1, B12, folato, minerais como cálcio, ferro e zinco. **Objetivo:** Avaliar a prevalência de deficiência protéica em indivíduos submetidos à cirurgia bariátrica pela técnica Bypass Gástrico em Y de Roux, atendidos em uma clínica particular em Goiânia. **Metodologia:** Foram analisados os níveis de proteína total e albumina, por meio de exames bioquímicos realizados em um período máximo de um ano e meio pós cirurgia, de indivíduos de ambos os sexos, submetidos à cirurgia bariátrica e estes dados foram coletados entre os meses de janeiro a junho de 2007. **Resultados:** Dos 54 pacientes avaliados, 53,70% apresentaram deficiência protéica. Destes, 31,03% apresentaram deficiência apenas de proteínas totais, 6,9% deficiência apenas de albumina e 62,07% apresentaram deficiência de ambas. **Conclusões:** Diante de tais resultados é possível inferir que no grupo avaliado existe uma prevalência de deficiência protéica, com valores acima de 50%, confirmando o encontrado na literatura, principalmente em relação à deficiência de albumina.

#### PREVALÊNCIA DA DESNUTRIÇÃO HOSPITALAR EM PACIENTES INTERNADOS EM UM HOSPITAL PARTICULAR DE VITÓRIA DA CONQUISTA - BA

Nutrição Clínica

LEBRÃO, Renata Lacerda<sup>2</sup>; D'ANTONIO, Fábio Marinho<sup>2</sup>; MAGALHÃES, Marília Augusta Curvelo de<sup>1</sup>; SANTANA, Jaqueline Lima<sup>1</sup>; SÁ, Isabela Pinheiro de Souza<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> Nutricionistas.

<sup>2</sup> Docentes da FTC – Faculdade de Tecnologia e Ciências.

Apresentador do trabalho: Renata Lacerda Lebrão.

**Objetivo:** Verificar a prevalência de desnutrição Hospitalar em pacientes internados em um hospital particular de Vitória da Conquista - BA. **Métodos:** Estudo do tipo descritivo e quantitativo, realizado em um Hospital Vitória da Conquista - BA, em 2009. A amostra é formada por 21 indivíduos, sendo 12 (42,86%) do Gênero feminino e 09 (57,14%) do Gênero masculino. Utilizou como instrumentos de coleta de dados métodos indiretos através da Avaliação Subjetiva Global (ASG) e métodos diretos por meio da antropometria utilizando balança do tipo plataforma da marca Filizolla, com precisão de 0.1 kg para peso e 0.1 cm para altura, com variação de 0,1 kg e capacidade de até 150 kg, a partir desses valores calculou-se o índice de massa corporal por meio da equação (kg/m<sup>2</sup>). Foi assinado um termo de consentimento Livre e Esclarecido, conforme resolução nº 196/96. **Resultados:** Dos resultados obtidos observa-se que, 19,05% apresentavam bem nutridos, 57,14% Moderadamente desnutrido e 23,81% Gravemente Desnutrido. **Conclusão:** Respeitando as limitações da amostra, observou-se grande impacto da desnutrição nos indivíduos em estudo. Desta forma, faz necessário um programa nutricional durante a internação,

com o intuito de redução do tempo de permanência, dos custos e assim promover maior qualidade de vida durante sua admissão hospitalar, diminuindo o risco de **infecção** e mortalidade.

**Palavras chave:** Desnutrição Hospitalar; Métodos Indiretos.

#### PREVALÊNCIA DE COMPULSÃO ALIMENTAR PERIÓDICA EM ADOLESCENTES DE ESCOLAS PÚBLICAS E PRIVADAS DO MUNICÍPIO DE VOLTA REDONDA -RJ

Nutrição e Saúde Pública

Amorim P. V., Ferreira C.\*

Centro Universitário de Volta Redonda- UniFOA- Volta Redonda – Brasil

O comportamento alimentar dos adolescentes tem sido alterado nos últimos anos, tornando-os propícios aos transtornos alimentares, dentre eles a compulsão alimentar periódica (CAP). Este estudo teve como objetivo verificar a prevalência de CAP assim como analisar o consumo energético de 99 adolescentes de escolas públicas e privadas do município de Volta Redonda –RJ. Para tanto, foi aplicado um questionário de Escala de Compulsão Alimentar Periódica (ECAP) e foram aferidos peso e altura para diagnóstico nutricional. Para estimar o consumo alimentar fez-se uso do recordatório de 24 horas. A análise revelou que 7,6% dos adolescentes de escolas públicas e 19,1% de escolas privadas possuíam CAP. Quanto ao diagnóstico nutricional 69,2% dos alunos de escolas públicas e 59,5% de escolas privadas eram eutróficos. Com relação ao consumo energético, a média de ingestão foi maior na escola pública. Nas escolas públicas o sexo feminino com CAP teve um menor consumo alimentar do que aquelas sem CAP, já nas escolas privadas não houve diferença. Os adolescentes do sexo masculino de escolas públicas com CAP tiveram maior consumo energético, enquanto que no ensino privado ocorreu o inverso. Destaca-se a relevância dos dados obtidos, uma vez que a prevalência de CAP encontrada no presente estudo foi consideravelmente acima da média estimada para população geral que é de 2% a 3% além do fato de que hábitos alimentares instituídos na adolescência podem ser mantidos durante a vida adulta.

\* autor que apresentará o trabalho

#### PREVALÊNCIA DE OBESIDADE EM ADOLESCENTES DE UMA ESCOLA ESTADUAL DE VITÓRIA DA CONQUISTA BAHIA

Nutrição e Saúde Pública

MATOS, Sônia Regina da Silva<sup>1</sup>; D'ANTONIO, Fábio Marinho<sup>1</sup>; LEBRÃO, Renata Lacerda<sup>1</sup>

MACHADO, Amanda Santos<sup>2</sup>; NOVAIS, Camila Oliveira<sup>2</sup>; SANTOS, Camila da Silva Souza<sup>2</sup>; AMORIM, Emanuele Coutinho<sup>2</sup>; MONTEIRO, Joseane Pereira<sup>2</sup>.

<sup>2</sup> Acadêmicos do Curso de Nutrição da FTC – Faculdade de Tecnologia e Ciências

<sup>1</sup> Docentes da FTC – Faculdade de Tecnologia e Ciências.

Apresentador do trabalho: Emanuele Coutinho Amorim

**Objetivo:** Avaliar a prevalência de obesidade em adolescentes de uma escola estadual de Vitória da Conquista - BA. **Métodos:** Estudo de corte transversal, do tipo descritivo, quantitativo. Amostra formada

por 100 indivíduos de ambos os gêneros, sendo 58 do gênero feminino e 42 do gênero masculino, com idades compreendidas entre 14 a 18 anos. Para a coleta de dados, foi utilizado questionário estruturado para avaliar hábitos e consumos alimentares. Para o perfil antropométrico, utilizou-se estadiômetro e balança digital para avaliar o Índice de Massa Corporal (IMC). O colégio foi devidamente esclarecido quanto aos objetivos do trabalho, ficando livre para participar, uma vez aceitando, assinarão o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, será respeitando a Resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde quanto ao respeito à pesquisa com ser humano e da bioética, oferecendo respeito devido à dignidade humana e seguindo idem os aspectos e exigências de tal resolução. A amostra é composta em um total de 562 alunos, Sendo que desses, foram avaliados 100, que equivale a 2% de erro. **Resultados:** Diante dos dados analisados, 8% do gênero masculino apresentaram obesidade e 3% do gênero feminino respectivamente. **Conclusão:** Em conclusão, a despeito do caráter restrito e transversal do presente estudo, os resultados indicam que a prevalência de sobrepeso em adolescentes é maior no gênero Masculino. Sendo assim, o combate efetivo deste problema de saúde pública requer estratégias de longo prazo no que diz respeito à proteção, promoção e apoio a estilos de vida saudáveis, enfatizando a prática de atividade física regular e adoção de uma alimentação equilibrada.

**Palavras chave:** Obesidade; Índice de Massa Corporal.

#### PREVALÊNCIA DE OBESIDADE EM IDOSOS ATENDIDOS EM AMBULATÓRIO DE NUTRIÇÃO DO VALE DO PARAÍBA

Nutrição e Saúde Pública

Autores: Martins L\*, Ferreira LS

Instituição: Universidade de Taubaté

Local: Taubaté, SP, Brasil

\* Autora responsável pela apresentação do trabalho

**Objetivo:** Identificar a prevalência de obesidade em idosos atendidos em ambulatório de nutrição do Vale do Paraíba. **Métodos:** estudo transversal, com uso de dados secundários, realizado no Centro de Educação Alimentar e Terapia Nutricional da Universidade de Taubaté, SP. Foram analisados prontuários de todos os idosos (N = 109), e" 60 anos, atendidos no período de março de 2007 a dezembro de 2009. Foram classificados como obesos, idosos que apresentaram IMC e" 30Kg/m<sup>2</sup>, conforme proposto pela Organização Mundial de Saúde. As variáveis sexo, idade, substituição das principais refeições por lanches, antecedentes familiares de obesidade, tabagismo, características da mastigação, prática de atividade física e compulsão alimentar foram utilizadas para a caracterização da população. Realizou-se análise descritiva dos dados. Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Taubaté. **Resultados:** Dos 109 idosos atendidos, 57,8% eram obesos, sendo a maioria do sexo feminino (74,6%) e do grupo de 60 a 69 anos (74,6%). Considerando somente os obesos, em relação ao comportamento alimentar, a maioria (50,8%) relatou não apresentar compulsão. Observar-se que 66,6% dos idosos não substituíam as principais refeições por lanche. Quanto ao tabagismo, 25,3% dos idosos relataram apresentar o hábito. Em relação a presença de antecedência familiar de obesidade, 26,9% dos idosos a apresentava. Com relação a mastigação, 42,8% deles relataram que a mesma era rápida e, quanto à atividade física, 60,3% não praticavam. **Conclusão:** Em idosos do Vale do Paraíba, assim como verificado em outras regiões do país e faixas etárias, a prevalência

de obesidade também é alta, sendo constatada na maioria da população investigada.

#### PREVALÊNCIA DE SEDENTARISMO EM PACIENTES INSERIDOS NA SEDE DA UNIDADE DA SAÚDE DA FAMÍLIA

Nutrição e Saúde Pública.

LEBRÃO, Renata Lacerda<sup>2</sup>; D'ANTONIO, Fábio Marinho<sup>2</sup>; MATOS, Sônia Regina da Silva<sup>2</sup>; PEREIRA, Larissa Lyra<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> Acadêmico do Curso de Enfermagem da FTC – Faculdade de Tecnologia e Ciências.

<sup>2</sup> Docentes da FTC – Faculdade de Tecnologia e Ciências.

Apresentador do trabalho: Larissa Lyra Pereira.

O sedentarismo vem sendo analisado a doença do novo milênio, caracterizada como a falta ou a grande diminuição da atividade física e, esta por sua vez, está relacionada com o estilo de vida do indivíduo, tendo como decorrência uma regressão dos sistemas funcionais. **Objetivo:** Verificar a prevalência de sedentarismo em pacientes inseridos na sede da unidade da saúde da família de Inhobim-ba. **Metodologia:** Realizou-se um estudo descritivo, quantitativo e transversal. A população alvo foram indivíduos adultos com idades compreendidas entre 20 a 50 anos, de ambos os sexos, cadastrados na sede da unidade da saúde da família de Inhobim - BA, localizada no município de Vitória da Conquista – BA, no período de setembro a outubro de 2009. A amostra é formada por 310 indivíduos, sendo 82 (26,5%) do gênero masculino com média de idade (25 ± 2,8) e 228 (73,5%) do gênero feminino (32 ± 9,9). Sedentarismo foi definido como ausência de prática de atividade física ao menos por 10 minutos contínuos, durante a semana, de acordo com o protocolo de Pitanga (2008). **Resultados:** A partir dos dados analisados pode-se inferir que, os pacientes do gênero masculino apresentaram cerca de 57,3% do sedentarismo. Já no gênero feminino apresentaram em torno de 93,9%. **Conclusão:** conclui-se que, fica evidenciado que a inatividade física (sedentarismo) está presente na maioria dos indivíduos em estudo, sendo os do gênero feminino com maior prevalência. Faz necessário a implementação de políticas de saúde, com o intuito da criação de programas capazes de modificar tais fatores para um estilo de vida mais saudável.

**Palavras chave:** Atividade Física, Estilo de Vida.

#### PREVALÊNCIA DE SOBREPESO E OBESIDADE EM ADULTOS DO POVOADO IGARAPÉ GRANDE, SÃO LUÍS / MA, BRASIL

Nutrição e Saúde Pública

<sup>1</sup>CARVALHO, W. R. C, <sup>2</sup>CAVALCANTE, L.F.P, <sup>2</sup>LIMA, A.A., <sup>2</sup>MACIEL, E.M, PADILHA, L. L., <sup>2</sup>MOREIRA, P. R. S, <sup>3</sup>RODRIGUES, D.G.C

1. Acadêmica de nutrição da Faculdade Santa Terezinha

2. Acadêmica da Universidade Federal do Maranhão

3. Mestre em Saúde Pública. Professora Assistente da Universidade Federal do Maranhão

Apresentador: Andressa Abrantes Lima

**OBJETIVO:** Determinar a prevalência de sobrepeso e obesidade e sua associação com outros fatores de risco cardiovascular no povoado de Igarapé Grande, São Luís / MA, Brasil. **METODOLOGIA:** O estudo, do tipo transversal com abordagem quantitativa, foi

realizado no povoado de Igarapé Grande-Zé Doca, MA, envolvendo 56 pacientes adultos, entre 20 e 59 anos, atendidos em ambulatório durante o mês de maio de 2010. Determinou-se o IMC pela fórmula  $\text{kg/m}^2$  e a classificação baseou-se nos pontos de corte estipulados pela Organização Mundial de Saúde (*WORLD HEALTH ORGANIZATION, 1997*). Os dados de cada indivíduo, como sexo, idade, peso e altura, eram preenchidos em uma ficha clínica. **RESULTADOS:** Constatou-se prevalência de pré-obesidade e obesidade grau I nas mulheres atendidas, somando um total de 45,09% do público feminino, enquanto as mulheres eutróficas e obesas grau II representaram 3,92%, e as desnutridas 1,96%. Por seguinte, a população masculina apresentou 80% de eutrofia e 20% de pré-obesidade. **CONCLUSÃO:** A prevalência de pré-obesidade e obesidade grau I em municípios dos interiores de muitos estados brasileiros, vem nos alertar que essas populações, principalmente as famílias com renda familiar insuficiente, necessitam de intervenções no âmbito da educação nutricional, assim como políticas públicas de saúde mais eficazes e pautadas na prevenção e meios alternativos, afim de que se promova um aumento da qualidade de vida dos mesmos e que as medidas de controle de peso e patologias associadas a obesidade sejam mais eficazes. Todo esse conjunto de mecanismos a serem intensificados virão repercutir numa longevidade e maior qualidade de vida, vivendo-se mais e de forma mais saudável, além de causar impactos positivos em várias áreas, entre elas, a economia, visto que os custos com tratamento de pacientes acometidos por doenças inseridas no contexto do excesso de peso, entre elas diabetes tipo 2, hipertensão e doenças cardiovasculares seriam consideravelmente reduzidos.

#### PREVALÊNCIA DE SOBREPESO E OBESIDADE EM ESCOLARES DO MUNICÍPIO DE FERNANDÓPOLIS – SP.

Nutrição e Saúde Pública

Silva, Carolina Penteado Guerra e Cano, Maria Aparecida Tedeschi. UNIFRAN – Franca – SP – Brasil. Autor apresentador: Silva, Carolina Penteado Guerra.

A prevalência de sobrepeso e obesidade infanto-juvenil vem aumentando nos últimos anos tanto em países desenvolvidos quanto em países em desenvolvimento. Atribui-se esse fato a dois mecanismos principais: a diminuição do gasto energético, devido ao sedentarismo e o aumento da ingestão calórica. O objetivo deste estudo foi avaliar a prevalência de sobrepeso e obesidade em escolares, de ambos os sexos, com idades entre 6 a 10 anos, matriculados em escolas das redes privada e pública do município de Fernandópolis – SP, associando a isso seus fatores determinantes, como os sócio-econômicos, atividades físicas, hábitos alimentares e tempo de aleitamento materno. Foram avaliados 319 escolares, sendo 170 do sexo feminino (53%) e 149 do sexo masculino (47%); para a classificação do estado nutricional foram utilizados os gráficos de IMC por percentil para as idades entre cinco e 19 anos, sugeridos pela WHO e os dados foram avaliados estatisticamente por tabelas, gráficos e porcentagens simples. Verificou-se que 160 escolares (50%) estavam eutróficos; 71 escolares (22%) com sobrepeso; 67 escolares (21%) obesos e 21(7%) com IMC abaixo do ideal para a idade. Estes dados estão de acordo com os resultados encontrados em pesquisas realizadas no Brasil e no mundo. Fatores como a escolaridade do responsável pelo escolar e o número de pessoas que moram em sua residência estão associados positivamente com a prevalência de sobrepeso e

obesidade, sendo que dos 138 escolares com excesso de peso, 45% possuem o mantenedor com ensino médio completo e 39% com ensino superior ou pós-graduação. Entre os escolares com excesso de peso, 70% moram em domicílio com até quatro pessoas e 30% moram em domicílio com cinco pessoas ou mais. A preferência sobre a ocupação do tempo livre mostra a tendência para atividades com gasto energético reduzido, como jogar vídeo-game, assistir TV ou usar o computador, em substituição às atividades com gastos energéticos maiores, como a prática de esportes e brincadeiras. Com relação ao tempo de aleitamento materno observa-se uma tendência ao desmame precoce, pois 35% dos escolares foram amamentados até o sexto mês de vida e 23% tiveram o leite materno substituído pelo leite de vaca, reforçando a importância do aleitamento materno como efeito protetor contra o excesso de peso. Com relação à frequência alimentar, apesar de os responsáveis pelos escolares relatarem que em 42% dos casos sempre oferecerem alimentos saudáveis, observou-se uma divergência em relação aos resultados obtidos na frequência alimentar do escolar e do responsável, mostrando um consumo tanto de alimentos essenciais como de alimentos impróprios rotineiramente. Os resultados encontrados nesse estudo reforçam a necessidade e importância de implementação de programas de reeducação alimentar, educação nutricional e prática de atividade física relacionados à promoção de saúde já nas séries iniciais do ensino fundamental e estendidos aos pais ou responsáveis.

**Palavras-chave:** escolar; sobrepeso; obesidade; aleitamento materno; hábitos alimentares.

#### PREVALÊNCIA DE XEROSTOMIA ENTRE ALUNOS DA UNIVERSIDADE INTEGRADA DA TERCEIRA IDADE EM SÃO LUÍS – MARANHÃO

Nutrição e Saúde Pública

CAVALCANTE, LFP.<sup>1</sup>; MACHADO, ATS. <sup>1</sup>; ROCHA, NP. <sup>1</sup>; PADILHA, LL. <sup>1</sup>; SANTOS, S de JL. <sup>1</sup>; CANTANHEDE, RCA. <sup>1</sup>; MACHADO, SP.<sup>2</sup>

1. Acadêmica do Curso Nutrição da Universidade Federal do Maranhão

2. Professora Assistente da Universidade Federal do Maranhão Universidade Federal do Maranhão- UFMA, São Luís-MA - Brasil Apresentador: Lilian Fernanda Pereira Cavalcante

**OBJETIVO:** Determinar a prevalência de xerostomia em alunos matriculados na UNITI (Universidade Integrada da Terceira Idade) da Universidade Federal do Maranhão. **METODOLOGIA:** O estudo do tipo transversal descritivo foi realizado com 38 alunos da Universidade Integrada da Terceira Idade em São Luís-MA, no período de junho de 2010. Os participantes responderam a um questionário contendo questões relativas aos sinais e sintomas de xerostomia. Foram diagnosticados com tal condição clínica os indivíduos que obtiveram pelo menos duas respostas positivas segundo *Torres* e colaboradores, autores do formulário de diagnóstico. **RESULTADOS:** O grupo era predominantemente do sexo feminino (89,47%) e com idade média de 60,6 anos (50 – 72 anos). Dentre os alunos entrevistados, 15 (39,5%) foram diagnosticados com xerostomia, sendo todos eles do sexo feminino, o que representa um percentual de 44,12% entre as mulheres investigadas. Os alunos têm idade a partir de 50 anos período que corresponde ao período do climatério marcado pela diminuição dos hormônios sexuais produzidos pelos ovários. Tal fase da vida juntamente com estado de saúde alterado tem demonstrado em estudos alta prevalência de xerostomia.

**CONCLUSÃO:** A prevalência da xerostomia nesse grupo mostrou-se elevada o que exige do profissional da nutrição maior cuidado com a elaboração de planos alimentares visando a manutenção do estado nutricional em níveis adequados dadas as alterações no paladar de tais indivíduos. Sugere-se ampliar tal estudo em termos amostrais e para outros grupos a fim de investigar a alta prevalência encontrada entre as mulheres estudadas.

### PROCOLOS DE 3 E 7 DOBRAS APRESENTAM FORTE CORRELAÇÃO PARA PORCENTAGEM DE GORDURA CORPORAL EM MULHERES SEDENTÁRIAS

Nutrição e Saúde Pública

Guimarães, C.B.D

Hellbrugge, A.

Ornellas, F.H.

IBPEFEX - Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício. São Paulo, Brasil.

Autor/Apresentador: Caroline Barata Dias Guimarães

No Brasil, segundo dados obtidos pela Pesquisa Nacional sobre Saúde e Nutrição (PNSN), 70,0%, dos 6,8 milhões de obesos, são do sexo feminino. Quando comparados aos indivíduos com peso normal, estes apresentam maior risco de desenvolver doenças cardiovasculares (DCV). Diversos protocolos que avaliam a espessura de dobras cutâneas foram propostos de modo a estipular a composição de gordura corporal do indivíduo e, assim, determinar a associação entre excesso de peso e fatores de risco cardiovascular, contudo há diferenças entre eles com relação ao tipo e à quantidade de dobras. Objetivo: A finalidade deste trabalho foi analisar a correlação existente entre os protocolos para estimativa da porcentagem de gordura corporal de Jackson & Pollock (7 dobras - Subescapular, axilar média, tríceps; coxa; supra-iliaca; abdome e peitoral ) e Pollock (3 dobras - tríceps, supra-iliaca e coxa) em mulheres sedentárias. Metodologia: A amostra contou com 67 mulheres adultas entre 23 e 38 anos ( $29,18 \pm 3,37$ ), sedentárias da cidade de São Paulo. Foram aferidas dobras cutâneas (tricipital, supra-iliaca, coxa, subescapular, peitoral, axilar média e abdominal) no período matutino. Para o cálculo da estimativa de porcentagem de gordura corporal e armazenamento de dados da amostra foi utilizado o programa Physical Test 6.1.2. Para a análise estatística foi utilizada a correlação de Pearson e medidas resumo (média e desvio-padrão) através do software *Statistical Package for the Sciences* (SPSS [versão 15.0]) empregado para os cálculos. Resultados: A média e desvio-padrão da porcentagem de gordura corporal encontrada foi de  $25,68 \pm 4,68$  e  $25,80 \pm 4,81$  para protocolo de 7 e 3 dobras, respectivamente. A correlação estatística entre estes resultados foi de  $r=0,90$ . Conclusão: De acordo com os resultados obtidos, observa-se que os dois protocolos apresentam uma forte correlação entre si, embora haja diferença entre a quantidade de dobras utilizadas em cada um (Jackson & Pollock, 7 dobras e Pollock, 3 dobras).

### PROGRAMAS DE QUALIDADE NA PRODUÇÃO E COMERCIALIZAÇÃO DE FILÉS DE PESCADO

Nutrição e Saúde Pública

Autores: SOUZA, C.S.;TEBALDI, V.M.R.; MEDEIROS, D. A.

UBM – Centro Universitário de Barra Mansa

Autora Apresentadora: Daniele Medeiros

e-mail: danielemedeiros\_a@hotmail.com

De acordo com o Ministério da Pesca e Aquicultura (MPA) (2010), o Brasil se encontra em 27º produtor mundial de pescados, atrás de países como Chile, Peru e Argentina. Porém, o brasileiro está comendo mais peixe e frutos do mar. Dentre os produtos de origem animal, os peixes são os mais suscetíveis a processos de deterioração. Tal perecibilidade do pescado fresco pode ser explicada devido à ação de enzimas autolíticas, ou seja, do próprio pescado, e pela relação menos ácida de sua carne, que favorece o crescimento microbiano (NEIVA, 2008). A fiscalização é exercida ao nível dos estabelecimentos que comercializam a matéria prima *in natura* ou produtos industrializados como mercados municipais, supermercados, peixarias, feiras livres entre outros (GERMANO et al., 2003). Antes era notório o grande número de programas criados com a intenção de melhorar a qualidade de um produto alimentar (FURTINI & ABREU, 2006). Alguns destes programas em destaque são: Boas Práticas de Fabricação (BPF), Procedimentos Padrão de Higiene Operacional (PPHO), MRA (Avaliação de Riscos Microbiológicos), Gerenciamento da Qualidade (Série ISO), Gerenciamento da Qualidade Total (TQM) e o sistema Análise de Perigos e Pontos Críticos de Controle (APPCC) (FURTINI & ABREU, 2006). De acordo com Santos (2006), toda prática feita tradicionalmente da passagem do pescado fresco para o consumidor final, também contribui decisivamente para a perda da qualidade e a deterioração do pescado fresco disponível ao consumidor nas feiras livres, mercados, peixarias e supermercados do país. O risco de um alimento ser contaminado pelo manipulador depende muito do grau de exposição deste com o alimento. É necessário que a empresa faça uma reciclagem periódica com seus funcionários e esteja oferecendo sempre cursos para o aperfeiçoamento, pois só assim ambas as partes estarão ganhando (CAPUANO, et al., 2008).

### QUALIDADE NUTRICIONAL DOS CARDÁPIOS DAS UNIDADES DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO DE QUATRO HOSPITAIS PÚBLICOS ESTADUAIS DE GOIÂNIA, GO E REGIÃO METROPOLITANA.

ASSIS, E. M.; SPINI, P. C.; MACHADO, B. B.

Faculdade de Nutrição, Universidade Federal de Goiás, CEP: 74.605-080, Brasil

Autor que irá apresentar: ASSIS, E. M. (Elaine Meire de Assis)

O objetivo deste trabalho foi avaliar a qualidade nutricional das refeições servidas nas Unidades de Alimentação e Nutrição de quatro hospitais estaduais de maior destaque na saúde pública de Goiânia, GO e região metropolitana. Foram analisados os cardápios mensais de dieta livre servidos no almoço entre setembro de 2009 e março de 2010. Os cardápios, elaborados por nutricionistas das empresas administradoras terceirizadas e aprovados pelos nutricionistas dos hospitais, são compostos, geralmente, por seis tipos de preparações: salada, carne, guarnição, arroz, feijão e sobremesa. Foi aplicado o Método de Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio (AQPC), segundo PROENÇA et al (2006). De forma geral, os cardápios avaliados, possivelmente, não apresentaram valor calórico elevado, já que em 94,85% dos dias houve presença de folhosos e 53,68% de frutas, juntamente com a baixa utilização de frituras como forma de preparo (20,59%) e

frituras associada à oferta de doce como sobremesa (10,29%). No entanto, em 40,44% dos dias tiveram oferta de carne gordurosa. Doces apareceram em 46,32% dos dias. Outro fator observado nesses hospitais e que deve ser evitado, foram refeições com certa monotonia visual, apresentando 30,15% de preparações de cores iguais, o que pode interferir de forma negativa na escolha dos alimentos e na satisfação dos pacientes. Alimentos ricos em enxofre foram encontrados em 68,38% dos dias. Comparando-se os hospitais estudados, observou-se que o hospital 01 foi o que apresentou menor oferta de frituras, preparações de cores iguais, carne gordurosa e doce associado com fritura, e maior oferta de folhosos em relação aos demais hospitais (11%, 14%, 37%, 6% e 100% respectivamente). Por outro lado, apresentou maior oferta de alimentos ricos em enxofre (71%). O hospital 02, apesar de ser o que ofereceu frutas com maior frequência (61%), apresentou maior oferta de frituras, preparações de cores iguais, carne gordurosa e doce associado a fritura e menor oferta de folhosos (29%, 42%, 45%, 16% e 87% respectivamente). Os hospitais 03 e 04 apresentaram valores semelhantes na maioria dos itens avaliados. Pode-se concluir que as características nutricionais das refeições produzidas nestes hospitais foram em geral satisfatórias. Porém, ainda é necessária maior oferta de frutas e conseqüente diminuição de doce, assim como a redução da quantidade de frituras e de carne gordurosa. Por tratar-se de uma coletividade enferma, maior atenção deve ser dada na elaboração destes cardápios para que a alimentação atue de forma positiva na recuperação do paciente.

#### QUANTIDADE DE SAL UTILIZADA EM PREPARAÇÕES CULINÁRIAS DE UM HOSPITAL PÚBLICO DA CIDADE DE SÃO PAULO ESPECIALIZADO EM CARDIOPNEUMOLOGIA

Nutrição Clínica

Saúda Kuperszmidt C, Silva Calsa M, Garcia Debiazzi R, Nakasato M. Instituto do Coração do Hospital das Clínicas da Faculdade de medicina da Universidade de São Paulo. São Paulo, Brasil.

Autor que irá apresentar o trabalho: Myoko Nakasato

**Objetivo:** avaliar a quantidade de sal utilizada em preparações servidas em um hospital público da cidade de São Paulo especializado em cardiopneumologia. **Metodologia:** foram estudadas as preparações que constituíam o padrão da dieta geral do almoço e jantar do hospital. O per capita de sal foi calculado considerando-se o rendimento das preparações, o peso médio da porção e a quantidade total de sal utilizada na preparação. Com base na recomendação do consumo de até 6g/dia de sal, foi estabelecida como adequada a utilização de em média 2g de sal de adição em cada refeição (almoço e jantar). **Resultados:** a quantidade per capita de sal utilizada no arroz foi 0,77g. Os valores mínimo e máximo de sal per capita encontrados foram 0,74g e 1,29g no grupo das massas, 0,60g e 0,94g no das leguminosas, 0,42g e 1,76g no dos pratos principais e 0,25g e 1,19g nas guarnições. Somando-se a quantidade de sal utilizada no almoço e no jantar, verificou-se uma variação de 1,41g a 4,24g. **Conclusão:** Dependendo dos tipos de preparações utilizadas, a quantidade de sal pode se adequar ou não à ingestão diária recomendada. Assim, é de extrema importância que o nutricionista se atente às combinações de preparações de forma a contribuir para à diminuição dos fatores de risco para as doenças cardiovasculares.

#### QUANTIFICAR O CONSUMO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR TERCEIRIZADA DE ADOLESCENTES DE UMA ESCOLA MUNICIPAL DE CAMPO GRANDE – MS.

Nutrição e Saúde Pública

BRITTS L. T.; FARIA E. H. S.; OTA A. E. C. T.

Universidade Anhanguera - Uniderp, Campo Grande, MS, Brasil.

Apresentação: Érica Helena Santos Faria

**Objetivo:** Quantificar o consumo da Alimentação Escolar de adolescentes através do cardápio oferecido por uma empresa terceirizada comparando com as recomendações do Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE, de uma Escola Municipal de Campo Grande - MS **Metodologia:** Avaliou –se o cardápio oferecido durante três dias consecutivos do mês de abril de 2010, no período matutino e vespertino. A população do estudo compreendeu 105 alunos de 11 a 15 anos. Para a realização desse estudo, utilizou-se balança digital com capacidade para 15 kg com divisão em gramas, marca Tecnol. Foram pesadas a cada dia e período, 5 amostras selecionadas aleatoriamente entre as porções servidas usando a média aritmética como peso médio das porções. Todos os cardápios foram desmembrados em ingredientes e, a partir da composição e do *per-capta*, foi avaliado o teor de calorias e calculados com base na tabela de composição química dos alimentos, os dados obtidos foram comparados conforme a recomendação do PNAE. **Resultados:** No período matutino ofereceu - se 438,09 calorias sendo ingerida 309,4 calorias; já no período vespertino ofereceu - se 429,99 calorias sendo ingerida 368,5 calorias. Em relação à porcentagem do período matutino obteve-se 20,8%, 21% e 21,6% do que foi oferecido e 16,2%, 10,4% e 16,1% do consumido no período vespertino obteve - se 16,4%, 22% e 21,1% do que foi oferecido e do consumido 15,1%, 17,7% e 18,1%. **Conclusão:** O PNAE estima que no mínimo 20% das necessidades nutricionais diárias dos alunos matriculados na educação básica, em período parcial, sejam atendidas. Os resultados mostraram que apenas em um período dos três dias o cardápio oferecido não atingiu a porcentagem recomendada; em relação a caloria ingerida os objetivos nutricionais propostos pelo PNAE não foram atendidos. Portanto, a ingestão de uma alimentação saudável na adolescência com o objetivo de manter a saúde, promove o crescimento e a maturação, bem como garante um nível de atividade física adequada. Diante disso, sugere-se melhor estudo do público alvo para que o cardápio oferecido vá ao encontro das preferências alimentares dos mesmos. **Palavras-chave:** alimentação escolar, PNAE, adolescentes.

ABSTRACT

QUANTIFYING THE POWER CONSUMPTION OF ADOLESCENTS TERCEIRIZADO SCHOOL OF A SCHOOL MUNICIPAL DE CAMPO GRANDE - MS

Ouvir

Ler foneticamente

Dicionário - Ver dicionário detalhado

**Objective:** To quantify the amount of School Feeding in adolescents by the menu offered by a third party compared to the recommendations of the National School Feeding - PNAE, a municipal school in Campo Grande - MS **Methods:** We evaluated the menu offered three consecutive days of April 2010, during morning and afternoon. The study population comprised 105 students 11-15 years. To conduct this study, we used a digital scale with a capacity of 15 kg division with in grams mark Sci. Were weighed each day and period, five samples were randomly selected from the portions served by using the arithmetic mean as average weight of the portions. All menus have been broken into and ingredients from the composition and

per-capita, we evaluated the content of calories and calculated based on the table of the chemical composition of foods, data were compared according to the recommendation of PNAE. Results: In the morning offered - 438.09 calories are being consumed 309.4 calories; already offered in the afternoon - 429.99 to 368.5 calories being ingested calories. In relation to the percentage of the morning was obtained 20.8%, 21% and 21.6% of what was offered and 16.2%, 10.4% and 16.1% of that consumed in the afternoon got - if 16.4%, 22% and 21.1% of what was offered and consumed 15.1%, 17.7% and 18.1%. Conclusion: PNAE estimates that in 20% of daily nutritional needs of the students enrolled in basic education, part time, are met The results showed that only in a period of three days the menu offered did not meet the recommended percentage, calorie intake in relation to the nutritional objectives proposed by PNAE were not met. Therefore, eating a healthy diet during adolescence in order to maintain health, promotes growth and maturation, and ensures a level of adequate physical activity. Therefore, we suggest better study of the target audience for the menu offered meets the food preferences of the same.

**Keywords:** school feeding, PNAE, adolescents.

## RASTREAMENTO DO RISCO NUTRICIONAL EM PACIENTES HOSPITALIZADOS

Nutrição Clínica

Meireles, M.; Wazlawik, E.

Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis/SC – Brasil  
Marion Schneider Meireles – responsável pela apresentação do trabalho

**OBJETIVO:** Identificar os pacientes em risco nutricional e verificar a relação dos métodos de rastreamento com o Índice de Massa Corporal (IMC). **MÉTODOS:** Trata-se de um estudo transversal, cuja amostra compreendeu 64 pacientes internados no Hospital Universitário da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), de abril a junho de 2010, para realização de procedimentos cirúrgicos eletivos. Após a aprovação do projeto pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da UFSC e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido os pacientes foram submetidos ao rastreamento do risco nutricional, através da Avaliação Subjetiva Global (ASG), Rastreamento de Risco Nutricional (*Nutritional Risk Screening* – NRS 2002) e Índice de Risco Nutricional (IRN). Além disso, foram aferidos peso e altura para o cálculo do IMC. **RESULTADOS:** A idade média dos participantes foi de  $52,8 \pm 14,4$  anos, sendo a maioria do sexo masculino (51,6%). A prevalência de pacientes em risco nutricional segundo a ASG foi de 31,2%, onde a maioria (60%) era do sexo masculino; 26,6% estavam em risco nutricional conforme o NRS 2002, destes, 53% eram mulheres. Por sua vez, pelo IRN, o risco nutricional foi apresentado em 63,3% dos pacientes, dos quais, 61,3% eram mulheres, havendo diferença estatisticamente significativa na prevalência de risco nutricional ( $p < 0,05$ ) entre os sexos. Com relação ao IMC, nenhum paciente avaliado foi classificado como desnutrido, 20,3% estavam eutróficos e 79,7% com excesso de peso. **CONCLUSÃO:** A prevalência de risco nutricional entre os pacientes hospitalizados foi alta, apesar de nenhum deles apresentar déficit de acordo com o IMC. Isto demonstra que a avaliação do risco nutricional é uma maneira precoce de identificar aqueles pacientes que necessitam de uma terapia nutricional adequada, uma vez que o peso, por si só, pode não refletir alterações do estado nutricional.

## RELAÇÃO ANTROPOLÓGICA E NUTRICIONAL EM UM GRUPO DA MELHOR IDADE EM SANTA MARIA-RS

Nutrição Clínica e Saúde Pública

Pereira, A. B.; Cagliari, F.; Toniolo, R.; Alves, M.; Blasi, T. C.

Centro Universitário Franciscano (UNIFRA), Santa Maria-Brasil

Apresentadora: Magliane Alves.

A alimentação é fator primordial na rotina diária da humanidade, não apenas por ser uma necessidade básica, mas principalmente porque seu excesso ou falta podem causar diversas doenças. Quando se fala em alimentação não há como não pensar na consequência da falta da mesma: a fome. As desigualdades econômicas e sociais têm impossibilitado que as populações, principalmente de países em desenvolvimento tenham acesso à alimentação. A situação nutricional da população geriátrica brasileira sinaliza a necessidade de buscar conhecer e compreender todas as peculiaridades que afetam o consumo alimentar do idoso, levando-se em consideração as características regionais nas quais estão inseridos. **OBJETIVO:** Conhecer os hábitos sócio-culturais de um grupo de idosos, abordando aspectos a respeito da alimentação, hábitos alimentares, crenças ligadas a alimentação, mitos e tabus. **METODOLOGIA:** O presente estudo é do tipo transversal, realizado nos meses de setembro a novembro de 2008. Foram pesquisados 26 idosos, com idades iguais ou superiores a 60 anos, participantes de um grupo de terceira idade da cidade de Santa Maria – RS. Foi aplicado um questionário contendo perguntas fechadas e de múltipla escolha, aplicado em forma de entrevista. **RESULTADOS:** Através da tabulação dos dados, verificou-se que 61,54% dos idosos não costumam misturar determinados tipos de alimentos, como por exemplo alimentos doces com alimentos salgados. Quando indagados se houve modificações nos hábitos alimentares após os 40 anos, 57,7% relataram que sim e 61,54% descreveram que ocorreram mudanças na alimentação somente após os 60 anos, devido a recomendações médicas e aparecimento de algumas doenças. Sobre os alimentos que possuem algum significado ou marcaram de alguma forma a vida desses idosos 38,47% relataram não ter nenhum tipo alimento que tivesse feito alguma diferença na sua vivência. Em relação a mudança nos hábitos alimentares na sociedade brasileira, 57,7% acreditam que houve uma melhora na qualidade de vida da população e 42,3% acham que não ocorreu modificações relevantes nos hábitos alimentares da sociedade. Ao serem interrogados se consideram sua alimentação saudável, 77% afirmaram ter uma alimentação considerada saudável e 23% referem não possuir uma alimentação adequada. Em relação aos avanços tecnológicos e a novas mudanças alimentares que possam promover a saúde utilizando alimentos que não fazem parte do hábito desses idosos, 77% relataram ser aptos a mudanças e 23% preferem não incluírem outros tipos de alimentos em suas refeições. **CONCLUSÃO:** Com o presente estudo pode-se verificar, que muito dos idosos mudam seus hábitos alimentares sejam eles aos 40 ou aos 60 anos de idade, uns pelo simples fato de fazer uma reeducação alimentar, outros por adquirirem novos hábitos ou então por recomendações e restrições médicas. O grupo de terceira idade pesquisado acredita que com os avanços tecnológicos na produção alimentícia, pode trazer melhora na qualidade de vida da população brasileira e da mesma forma julgam ter uma alimentação saudável e se necessário for, dispõem-se a mudanças de hábitos alimentares. Conclui-se então que o grupo estudado expressa atitudes positivas frente à mudança de hábitos em sua alimentação, em favor da saúde e bem estar do idoso.

## RELAÇÃO ENTRE EXCESSO DE PESO E OBESIDADE VISCERAL EM HIPERTENSOS DE UMA UNIDADE DE SAÚDE DA FAMÍLIA DO MUNICÍPIO DE CARUARU-PE.

Nutrição e Saúde Pública

SILVA, Roxana Patrícia Bezerra; SILVA, R. Kátiuska Bezerra; BEZERRA, Raphaella Kathiane; ARRUDA, Marcella Moreira.

INSTITUIÇÃO – Secretaria de Saúde do município de Caruaru – Pernambuco/Brasil.

**Objetivo:** Verificar a relação entre excesso de peso e obesidade visceral em hipertensos de uma unidade de saúde da família do município de Caruaru. **Metodologia:** Trata-se de um estudo transversal analítico, realizado no período de junho a julho de 2010. Foram avaliados peso, altura e Índice de Massa Corporal (IMC), classificados com excesso de peso os adultos que apresentavam IMC  $e^{>}$  25 kg/m<sup>2</sup> (Organização Mundial de Saúde, 1997) e os idosos com IMC  $e^{>}$  27 kg/m<sup>2</sup> (Lipschitz, 1994). A obesidade visceral foi diagnosticada por meio da Circunferência da Cintura (CC), de acordo com os parâmetros da OMS ( $e^{>}$  94 cm para homens e  $e^{>}$  80 cm para mulheres). A pesquisa da associação entre variáveis categóricas nominais foi realizada através do teste do qui-quadrado ( $\chi^2$ ), determinando os percentuais (%), Razão de Prevalência (RP) e respectivo Intervalo de Confiança de 95%. O nível de significância estatístico adotado foi de 5%. **Resultados:** A amostra foi composta por 125 hipertensos, com idade média de 59,3 anos (DP  $\pm$  13,1). O excesso de peso foi encontrado em 56/64 (87,5%) dos adultos (IC<sub>95%</sub>: 76,8–94,4) e em 36/61 (59%) dos idosos (IC<sub>95%</sub>: 45,7–71,4), onde se observou o efeito protetor da idade avançada contra o excesso de peso (RP = 0,66; IC<sub>95%</sub>: 0,53-0,83; p = 0,0001). A ocorrência do excesso de peso foi de 5,4 vezes maior entre os indivíduos hipertensos que apresentavam obesidade visceral (RP = 5,4; IC<sub>95%</sub>: 0,88-33,2; p = 0,001) e, em relação ao sexo, somente o sexo masculino obteve diferença estatística significativa (RP = 1,56; IC<sub>95%</sub>: 1,01-2,42; p = 0,02). **Conclusão:** É plausível inferir que a medida da CC é mais fidedigna para identificar o excesso de gordura quando comparada ao IMC, tornando-se relevante o uso conjunto dessas medidas para melhor determinar o diagnóstico e diferenciar a localização do excesso de tecido adiposo na população estudada. **Palavras-chave:** Excesso de peso, obesidade visceral, adultos, idosos.

## RISCO CARDIOVASCULAR EM ADULTOS DO POVOADO DE IGARAPÉ GRANDE SÃO LUÍS / MA, BRASIL

Nutrição e Saúde Pública

<sup>1</sup>CARVALHO, W. R. C, <sup>2</sup>CAVALCANTE, L.F.P, <sup>3</sup>LIMA, A.A., <sup>4</sup>MACIEL, E.M, PADILHA, L. L, <sup>5</sup>MOREIRA, P. R. S, <sup>6</sup>RODRIGUES, D.G.C

1. Acadêmica de nutrição da Faculdade Santa Terezinha
2. Acadêmica de nutrição da Universidade Federal do Maranhão
3. Mestre em Saúde Pública. Professora Assistente da Universidade Federal do Maranhão

Apresentador: Andressa Abrantes Lima

**OBJETIVO:** Verificar a associação entre o excesso de peso e a distribuição da gordura corporal em uma amostra da população adulta do povoado de Igarapé Grande-MA. **METODOLOGIA:** Estudo transversal, do qual fizeram parte da amostra 90 pacientes, sendo 56 pacientes entre 20 e 59 anos, 51 do sexo feminino e 5 do sexo masculino, atendidos em ambulatório durante o mês de maio de

2010 no povoado de Igarapé Grande, Maranhão. Utilizou-se como parâmetro para avaliar risco cardiovascular a medida da circunferência da cintura (CC) aferida dois dedos acima da cicatriz umbilical, classificada de acordo com a OMS (1998). **RESULTADOS:** A partir dos dados mensurados, verificou-se prevalência de mulheres com CC acima de 84 cm, descrevendo 58,82% da população, 21,56% acima e/ou igual a 80 cm e 19,60% abaixo de 80 cm. Em contrapartida, os valores da CC dos homens foram todos abaixo de 94 cm, representando 100% da população masculina. A aferição da CC tem o propósito de avaliar a adiposidade abdominal em função da sua alta associação com os distúrbios cardiovasculares em estudo. A OMS (Organização Mundial da Saúde) determina pontes de corte específicos para cada sexo, a fim de informar a condição nutricional da população de modo geral e, se esta alega risco retrospectivo e prospectivo para saúde. **CONCLUSÃO:** Pesquisas mais recentes continuam a identificar a gordura abdominal como potente fator de risco coronariano, com a comparação entre os diversos indicadores de obesidade como fator de risco cardiovascular sendo fruto de numerosos estudos. É de suma importância, portanto, identificar a prevalência de indivíduos com medidas antropométricas de risco para desenvolvimento de doenças cardiovasculares.

## RISCO CARDIOVASCULAR EM IDOSOS AVALIADOS POR ANTROPOMETRIA

Nutrição e Saúde Pública

AVELINO, A.P.; FONSECA, W.D.; ZANETTI, R.R; MIRANDA, M.P.; SARON, M.L.G.

Centro Universitário de Volta Redonda – UniFOA, Volta Redonda, Rio de Janeiro, Brasil.

Autor para apresentação do trabalho: AVELINO, A.P.

O envelhecimento das populações se apresenta atualmente como um fenômeno mundial. O Brasil, assim como os demais países latino-americanos, está passando por um rápido e intenso processo de crescimento da população de idosos, decorrente do aumento da expectativa de vida. A nutrição, a saúde e o envelhecimento estão relacionados entre si, logo, a manutenção de um estado nutricional adequado e a alimentação equilibrada estão associadas a um envelhecimento saudável. O objetivo deste estudo foi caracterizar o estado nutricional de idosos por meio de marcadores de risco cardiovascular. O estudo foi transversal e realizado em uma instituição municipal de Volta Redonda, RJ, com 134 idosos (106 feminino e 28 masculino), com média de idade de 68,29 ( $\pm$  6,19) anos, que preencheram os critérios de inclusão. Os idosos foram avaliados por meio de um questionário socioeconômico e pelos parâmetros antropométricos como Índice de Massa Corporal (IMC), Razão Cintura Quadril (RCQ) e Índice de Conicidade (IC). O projeto de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Unifoa. Os resultados mostraram que a maioria dos idosos entrevistados possui a escolaridade de 5 a 10 anos (51,5%), casados (40,3%), com o número de duas pessoas que residem na casa (41,8%) e com a renda mensal 1-3 salários mínimos (76,1%). O perfil nutricional destes idosos mostra que 53,7% dos idosos apresentam sobrepeso pelo parâmetro IMC e a análise da prevalência de risco à saúde pelo parâmetro RCQ foi de 41%, enquanto que o IC foi de 65,9%. Pode-se concluir que existe uma inadequação do estado nutricional destes idosos pelos parâmetros antropométricos e o IC foi capaz de diagnosticar maior percentual de idosos com risco à saúde.

**Palavras-chave:** idoso; doenças cardiovasculares; estado nutricional; antropometria.

### **SOBREPESO E OBESIDADE EM MENORES DE DOIS ANOS ACOMPANHADOS EM UMA UNIDADE DE SAÚDE DA FAMÍLIA DO MUNICÍPIO DE CARUARU – PE.**

Nutrição e Saúde Pública

BEZERRA, Raphaella Kathiane; SILVA, Roxana Patrícia Bezerra; SILVA, Regina Katiuska Bezerra; ARRUDA, Marcella Moreira.

INSTITUIÇÃO – Secretaria de Saúde do município de Caruaru – Pernambuco/Brasil.

**Objetivo:** Identificar a prevalência de sobrepeso e obesidade em menores de dois anos acompanhados pela equipe de saúde da família no município de Caruaru/PE. **Metodologia:** Trata-se de um estudo transversal analítico. Foram realizadas medidas de peso e comprimento. Sobrepeso foi definido como Índice de Massa Corporal (IMC) entre os percentis 85-97 e obesidade como IMC maior ao percentil 97, ambos para idade e sexo, segundo as recomendações do World Health Organization (WHO 2006). A pesquisa da associação entre variáveis categóricas nominais foi realizada através do teste do qui-quadrado ( $\chi^2$ ), resultando na determinação dos percentuais (%), Razão de Prevalência (RP) e respectivo intervalo de confiança de 95%. O nível de significância estatístico adotado foi de 5%.

**Resultados:** A amostra foi composta por 143 crianças, com idade média de 8,7 meses (DP  $\pm$  5,6). A média do IMC encontrada foi de 18 kg/m<sup>2</sup> (DP  $\pm$  2,6), onde 27,3% (IC<sub>95%</sub>: 20,2–35,3) apresentaram sobrepeso e 20,3% (IC<sub>95%</sub>: 14,6–28,6) obesidade. A prevalência do sobrepeso e obesidade foi maior no sexo feminino (53%) quando comparado com a do sexo masculino (42,9%), porém não houve associação estatística significativa (RP=1,24; IC<sub>95%</sub>: 0,88–1,74; p=0,29).

**Conclusão:** O presente estudo demonstra elevada prevalência de sobrepeso e obesidade em menores de dois anos, sendo desta maneira, imprescindível a promoção da alimentação saudável como uma estratégia prioritária para a prevenção do excesso de peso em crianças.

**Palavras-chave:** Sobrepeso, obesidade, crianças.

### **SÓDIO E VALOR ENERGÉTICO EM PRODUTOS PARA FINS ESPECIAIS E ALIMENTOS HABITUALMENTE CONSUMIDOS**

Nutrição e Saúde Pública

CAPELATO, D.; PAGAN, B.; FUGIOKA, F; NAKASHIMA, A. Pontifícia Universidade Católica do Paraná - PUCPR, Maringá, Brasil. CAPELATO, D. apresentadora do trabalho.

De acordo com estudos epidemiológicos realizados recentemente em quase todos os países industrializados do mundo e também nos países em desenvolvimento, têm ocorrido transformações significativas nos padrões dietéticos e nutricionais da população. Este paradigma deve-se principalmente ao processo de industrialização e urbanização ocorrido nas últimas décadas, que acarretou em aumento da ingestão calórica e diminuição dos níveis de atividade física, resultando em balanço energético positivo e, conseqüentemente, o acúmulo de gordura corporal. Para que ocorra a diminuição do aporte calórico, a utilização de substitutos do açúcar refinado, como é o caso dos adoçantes artificiais, se faz importante

para a prevenção do sobrepeso e obesidade, assim como das comorbidades associadas, como é o caso da hipertensão e diabetes. Desta forma, o objetivo do presente estudo foi analisar a quantidade de sódio (Na) e kilocalorias (Kcal) presente nos adoçantes artificiais Sacarina e Ciclamato de sódio e em produtos para fins especiais produzidos por uma empresa da cidade de Marialva – PR, bem como comparar seus valores com o de outros alimentos habitualmente ingeridos. O presente estudo caracterizou-se como descritivo de delineamento transversal, sendo este realizado na cidade de Maringá-PR no período de Maio a Junho de 2010. Como amostra foram utilizados 10 (dez) produtos *diet* e *light* da referida empresa e 05 (cinco) produtos dos grandes grupos de macronutrientes, sendo estes: carboidratos, proteínas e lipídeos e açúcares; e também alimentos industrializados, de elevado consumo pela população brasileira, selecionados de forma não-randomizada, tendo-se como referência a Tabela Brasileira de Composição de Alimentos (TACO), perfazendo um total de 30 alimentos. Estes foram classificados de acordo com o teor de Na e Kcal presentes em uma porção, referenciada pela medida caseira, e em 100g do respectivo alimento. Também foi realizada a adequação das quantidades de acordo com os Valores Diários de Referência de Nutrientes (VDR) da Resolução RDC nº 360, de 23 de Dezembro de 2003, onde consta como indicação para o consumo diário da população a quantia de 2000 kcal/dia e de 2400mg de sódio/dia, sendo este o valor preconizado e considerada a máxima ingestão saudável de Na pela V Diretrizes Brasileira de Hipertensão Arterial. Os dados obtidos foram classificados e tabulados em planilha eletrônica, sendo a estatística descritiva (teste *t* de Student) realizada utilizando-se o programa MedCalc®, para a análise da significância da diferença entre os grupos, considerando-se  $p < 0,05$  (\*). Na caracterização geral da amostra quanto à incidência de Na e Kcal por porção, os produtos para fins especiais foram os que apresentaram o menor valor médio, sendo este 25,99  $\pm$  19,55 e 5,91  $\pm$  5,81, os outros índices de Na foram, 390,04  $\pm$  518,87\*; 90,52  $\pm$  129,59; 272,62  $\pm$  347,94\*; 1008  $\pm$  1097,42\*, e de Kcal foram 192,96  $\pm$  102,07\*; 134,00  $\pm$  181,63\*; 136,12  $\pm$  89,94\*; 34,04  $\pm$  34,43\*; para o grupo dos carboidratos, lipídeos e açúcares, proteínas e alimentos industrializados, respectivamente. Quando observado em 100g de produto, o teor calórico para os produtos dietéticos continuou o mais baixo, 122,52  $\pm$  162,45, já em relação ao teor de Na, este ficou mais elevado apenas que o do grupo de lipídeos e açúcares, totalizando um valor médio de 510,08  $\pm$  808,36. Sendo os demais valores de Na e Kcal para o grupo dos carboidratos 630,60  $\pm$  607,69 e 321,40  $\pm$  125,83\*, dos lipídeos e açúcares 243,00  $\pm$  339,69 e 383,60  $\pm$  363,38\*, das proteínas 709,80  $\pm$  870,03 e 244,20  $\pm$  153,46\* e dos alimentos industrializados 13775,20  $\pm$  17072,02\* e 214,00  $\pm$  154,14)\*. A partir da análise dos dados obtidos, pode-se observar que diferentemente do que é preconizado por estudos recentemente publicados, o consumo de adoçantes artificiais não parece ser um fator relevante na elevação da pressão arterial, uma vez que os alimentos industrializados, independentemente da análise por porção ou em 100g de produto, apresentaram valores significativamente superiores, assim como os demais grupos de alimentos analisados. Quando observado o teor calórico, o grupo dos dietéticos e adoçantes artificiais são os que apresentam os menores índices. Uma vez que o consumo excessivo de calorias é o fator primário para a obesidade, o consumo destes produtos torna-se uma alternativa viável para prevenir o ganho excessivo de adiposidade corporal. Sabendo que o excesso de peso é um fator relevante na elevação da pressão arterial, sua prevenção deve estar entre as mais altas prioridades de saúde pública e certamente incluir o estímulo a modos de vida mais saudáveis, em todos os grupos etários.

## ENERGIA E NUTRIENTES EM MACARRÕES INSTANTÂNEOS: UMA COMPARAÇÃO ENTRE DECLARAÇÕES DOS RÓTULOS, LEGISLAÇÃO VIGENTE E RECOMENDAÇÕES NUTRICIONAIS

Nutrição e Saúde Pública

Autores: FARIA, J., ROCHET, N., ARAÚJO, S.

Instituição em que o trabalho foi desenvolvido: Portal Nutrição em Foco, Goiânia, Goiás, Brasil.

Apresentação: Juliana Tolêdo de Faria

**OBJETIVO:** O objetivo deste estudo foi analisar as declarações dos rótulos de macarrões instantâneos comercializados em supermercados de Goiânia/GO, quanto ao valor energético e teores de gorduras totais, gorduras saturadas e sódio, e suas conformidades com a legislação em vigor. **METODOLOGIA:** A amostra do estudo foi composta por 90 produtos disponíveis para comercialização, de nove marcas diferentes. Os dados foram coletados dia 7 de julho de 2010, em cinco supermercados da cidade. Incluíram-se no estudo produtos indicados para consumo total da embalagem em uma única refeição. Para os cálculos foi utilizado o software Microsoft Excel, versão Office 2007. Foram analisados os valores de energia em quilocalorias por porção do alimento, gorduras totais e saturadas em gramas e sódio em miligramas, por embalagem e em 100 gramas. A adequação energética por porção de alimento foi avaliada conforme o estabelecido pela RDC 360/2003. Foi feita comparação do percentual de valores de recomendação diários (%VD) calculados e declarados para energia e para os nutrientes analisados, bem como, o conteúdo de nutrientes por embalagem em relação às recomendações nutricionais vigentes. **RESULTADOS:** Não houve diferença entre a %VD calculada e declarada nos rótulos, para energia, gordura total, gordura saturada e sódio. O valor calórico por porção indicada nos rótulos variou de 125 a 492 Kcal ( $300 \pm 114$  Kcal). Segundo a RDC 360/2003, 28 produtos (31,1%) apresentaram de 120 a 180 Kcal por porção, adequando-se à resolução. Por outro lado, 11 produtos (12,2%) apresentaram de 181 a 300 Kcal por porção, 46 produtos (51,1%) apresentaram de 301 a 450 Kcal por porção e 5 produtos (5,6%) apresentaram de 451 a 492 Kcal por porção, estando estes três grupos em desacordo com a RDC. Contudo, os produtos com valores condizentes com a RDC apresentavam uma porção irreal em relação ao total normalmente ingerido pelo consumidor, ou seja, a embalagem inteira. Desta forma, as análises de gordura total, gordura saturada e sódio foram feitas em relação ao volume total da embalagem do produto e não pela porção declarada no rótulo. Em relação à gordura total, os valores variaram de 1,00 a 24,50 g por embalagem ( $14,86 \pm 3,56$  g). As calorias provenientes de gorduras representaram: a) 3 produtos (3,3%) – até 4,9% de calorias advindas de gorduras; b) nenhum produto – de 5 a 24,9% de calorias advindas de gorduras; c) 1 produto (1,1%) – de 25 a 29,9% de calorias advindas de gorduras; d) 22 produtos (24,5%) – de 30 a 34,9% de calorias advindas de gorduras; e) 53 produtos (58,9%) – de 35 a 39,9% de calorias advindas de gorduras; f) 11 produtos (12,2%) – de 40 a 44% de calorias advindas de gorduras. Ou seja, 86 produtos analisados (95,6% da amostra) possuem entre 30 e 44% das calorias advindas de gorduras, ou seja, no limite máximo ou mais da recomendação. Ainda, 90% fornecem, por embalagem, entre 18 e 36% dos 55 g de gorduras recomendados para 24 horas. Em relação ao total de gordura saturada, esta variou de 0,40 a 12,20 g por embalagem ( $5,94 \pm 2,27$  g). As calorias provenientes de gorduras saturadas representaram: a) 11 produtos (12,2%) – até 4,9% de calorias

advindas de gorduras saturadas; b) 1 produto (1,1%) – de 5 a 9,9% de calorias advindas de gorduras saturadas; c) 22 produtos (24,5%) – de 10 a 14,9% de calorias advindas de gorduras saturadas; d) 53 produtos (58,9%) – de 15 a 19,9% de calorias advindas de gorduras saturadas; e) 3 produtos (3,3%) – de 20 a 21% de calorias advindas de gorduras saturadas. Ou seja, 78 produtos analisados (86,7% da amostra) possuem entre 10 e 21% das calorias advindas de gorduras saturadas, ou seja, no limite máximo ou mais da recomendação. Ainda, 90% fornecem, por embalagem, entre 22,7 e 45% dos 22 g de gorduras saturadas recomendados para 24 horas. O total de sódio nos produtos variou de 675 a 2560 mg por embalagem ( $1618 \pm 317$  mg). Desta forma: a) 22 produtos (24,4% da amostra) fornece entre 41,7 e 62,4% dos 2.400 mg de sódio recomendados para 24 horas; b) 59 produtos (65,6% das amostras) fornecem entre 62,5 e 83,2%; 5 produtos (5,6% da amostra), fornece de 83,3 a 106,7%. **CONCLUSÕES:** O desacordo com a RDC 360/2003, em relação ao tamanho da porção indicada para o alimento estudado foi predominante neste estudo. Os resultados obtidos demonstram que o produto fornece, por embalagem, grande parte da recomendação diária de energia, gorduras totais, saturadas e, principalmente, sódio, sendo inadequados para o consumo regular. Este estudo reforça a necessidade de os profissionais de nutrição educarem os consumidores em relação às suas escolhas. Apesar da praticidade do macarrão instantâneo, ele não é saudável, é inadequado ao público infantil, aumenta os fatores de risco associados a enfermidades crônicas não transmissíveis e pode agravar quadros já instalados de obesidade, dislipidemias e hipertensão arterial. Cabe, portanto, às autoridades responsáveis, repensar a forma de comercialização destes alimentos, muitas vezes voltada para o público infantil. Além disso, é necessário que a declaração dos nutrientes seja mais clara e reprodutora da porção real ingerida, de modo a evitar que as porções declaradas possam levar a engano os consumidores. Finalmente, sugerimos que seja feita a declaração de colesterol e gorduras trans presentes nestes produtos.

## TRANSTORNO DA COMPULSÃO ALIMENTAR PERIÓDICA EM PACIENTES COM EXCESSO DE PESO ATENDIDOS NUMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE DO MUNICÍPIO DE SÃO LUÍS - MA.

Nutrição e Saúde Pública

ALENCAR, J.D.; COSTA, T.D.L.; LIRA, M. R.; MACHADO, S. P.

Universidade Federal do Maranhão, São Luís, Brasil.

Apresentador: Janete Daniel de Alencar

**Objetivo:** O objetivo investigar a prevalência do transtorno da compulsão alimentar periódica (TCAP) em pacientes com excesso de peso atendidos numa Unidade Básica de Saúde do Município de São Luís-Ma. **Metodologia:** Para tanto, realizou-se um estudo transversal, em que pacientes atendidos no período de junho a agosto/2010 pelo serviço de enfermagem da unidade de saúde, que apresentaram excesso de peso, foram convidados a participar do estudo. Aqueles que aceitaram participar do estudo assinaram um termo de consentimento livre e esclarecido. Os participantes responderam um questionário com dados socioeconômicos e o da Escala de Compulsão Alimentar Periódica (ECAP). Também tiveram as medidas de peso e altura aferidas para cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC). A classificação social foi realizada segundo a Classificação Econômica Brasileira (CEB). Foram diagnosticados

com o TCAP aqueles pacientes que obtiveram o escore maior que 17 na Escala, de acordo com recomendação dos autores que validaram o instrumento. Para avaliação antropométrica, o IMC foi calculado como a razão entre peso (kg) e altura ao quadrado (m<sup>2</sup>), classificado de acordo com os critérios propostos pela Organização Mundial da Saúde. A amostra estudada compreendeu 29 pessoas, de ambos os sexos, entre 21 e 69 anos. Do total estudado, 86% era do sexo feminino e 14% do sexo masculino. **Resultados:** A renda familiar mensal média do grupo foi de 1,5 salário-mínimo, e 86% dos pacientes pertenciam às classes C e D. A maior parte da amostra (69%) apresentou obesidade, e 31%, sobrepeso. A prevalência de TCAP no grupo foi de 31%, sendo 17% do grau moderado e 14% grave. Todos os pacientes com o transtorno eram do sexo feminino. Sendo assim, nas mulheres, a prevalência de TCAP foi de 36%, sendo 20% moderado e 16% grave. **Conclusão:** A literatura aponta para uma associação positiva entre sexo feminino e excesso de peso com o transtorno da compulsão alimentar periódica. A prevalência de TCAP foi elevada apenas para o sexo feminino no grupo investigado. Desta forma, ações de educação nutricional, associadas a um acompanhamento psicológico, são indispensáveis na assistência a essas pacientes, com vistas prevenir e tratar este e outros transtornos alimentares.

prevaleceu o consumo adequado de cromo, entretanto tendo a maioria um consumo inadequado de carboidrato. Portanto, fica comprovada a importância de uma adequada prescrição nutricional no meio desportivo, principalmente para frequentadores de academias de ginástica e musculação, e também a necessidade de mais estudos científicos, com a finalidade de aprofundar assuntos que abordem este tema.

#### RELAÇÃO DO CONSUMO DE CARBOIDRATO E O ÍNDICE GLICÊMICO NA REFEIÇÃO PRÉ-TREINO COM O CONSUMO DE CROMO DIÁRIO EM PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO.

Nutrição Esportiva

ALENCAR, L.

\*LACERDA, T.

MENEZES, G.

Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba

João Pessoa – Brasil

\*Apresentadora do Trabalho

**Objetivo:** O objetivo foi caracterizar o consumo de carboidrato e o índice glicêmico da refeição pré-treino, verificando o consumo de cromo diário, bem como a composição corporal de praticantes de musculação. **Metodologia:** Amostra composta por 17 homens adultos praticantes de musculação da academia Corpo Livre, com idade média  $24,89 \pm 3,24$ . Avaliou-se 4 dobras cutâneas, tricipital, bicipital, supra-iliaca e subescapular, sendo posteriormente aplicado na fórmula proposta por Durnin e Rahman (1967) para o percentual de gordura. Utilizou um inquérito alimentar do tipo recordatório de 24h com análise calórica de macronutrientes bem como o consumo de carboidrato e o índice glicêmico da refeição pré-treino como também o consumo de cromo referente ao dia anterior da pesquisa.

**Resultados:** Resultou-se predominância de um percentual de gordura (47,1%) acima da média (classificação adequada). Houve um elevado percentual (58,8%) de inadequação no consumo de carboidrato da refeição pré-treino e um elevado percentual (76,55%) no consumo deste nutriente de baixo índice glicêmico. Para o consumo adequado de cromo teve um percentual elevado (52,94%), entretanto 41,18% tiveram um consumo insuficiente de carboidrato na refeição pré-treino. **Conclusão:** A análise do consumo alimentar evidenciou um elevado percentual de praticantes com insuficiência no consumo de carboidratos da refeição pré-treino, no entanto, verificou-se que grande parte dos indivíduos consumiram uma refeição pré-treino com baixo índice glicêmico, assim como



## A DINÂMICA PRAZER-SOFRIMENTO EM UNIDADES DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

SILVA, M; GARCIA, F. Faculdade Novos Horizontes- Belo Horizonte- Brasil

Autor que apresentará o trabalho: Maria de Fátima Gomes da Silva

**Objetivo:** Este estudo tem como objetivo investigar a percepção dos trabalhadores da Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) pesquisada em relação ao prazer-sofrimento nas atividades desenvolvidas, tendo como suporte teórico os princípios da Psicodinâmica do Trabalho, que estuda a saúde do trabalhador mediada pelas vivências subjetivas de prazer-sofrimento no ambiente laboral. Essa dinâmica, analisa a função das estratégias de mediação utilizadas pelos trabalhadores para enfrentar o sofrimento, transformando-o em prazer e mantendo a saúde em estado de normalidade. **Metodologia:** Participaram desta pesquisa 82 trabalhadores de uma UAN pública situada na cidade de Belo Horizonte e que produz, diariamente, 11000 refeições. Foram adotados métodos quantitativos e qualitativos de pesquisa. O método quantitativo utilizou o Inventário de Trabalho e Riscos de Adoecimento (ITRA), que consiste em um conjunto de quatro questionários com questões que avaliam a frequência de ocorrência dos itens e que permitem a realização de diagnóstico dos riscos à saúde no trabalho. O ITRA está estruturado em quatro categorias: descrição do contexto do trabalho, das exigências do trabalho, do sentido do trabalho e dos efeitos do trabalho sobre a saúde do trabalhador. O método qualitativo utilizou a entrevista semi-estruturada, composta dos seguintes temas: descrição do trabalho, sentimentos em relação ao trabalho, dificuldades encontradas na realização do trabalho, estratégias adotadas para enfrentar as dificuldades no trabalho, prejuízos no comportamento e saúde causados pelo trabalho. Os dados quantitativos foram tratados pelo sistema SPSS (*Statistical Package for Social Science*) e os qualitativos mediante Análise do Núcleo de Sentido (ANS), baseada na análise de conteúdo de Bardin. **Resultados:** Os métodos quantitativos revelaram que as vivências de sofrimento estão relacionadas ao contexto do trabalho e aos constructos a ele ligados direta ou indiretamente e que foram avaliados pelos trabalhadores de forma crítica ou grave a saber: organização do trabalho, condições de trabalho, relações sócio-profissionais, custo físico, custo cognitivo, custo afetivo, esgotamento profissional, danos físicos, presença de doenças profissionais. A vivência de sofrimento também foi encontrada na avaliação qualitativa, confirmando, através da verbalização dos empregados, a precariedade da organização e das condições de trabalho, mas

não constatando insatisfação dos mesmos em relação à chefia e aos colegas. Isso mostra que as relações sociais de trabalho são fontes de satisfação e contribuem para reduzir o sofrimento, não sendo suficientes, por outro lado, para transformar os aspectos nocivos do contexto da produção. As contradições vividas na organização do trabalho e as vivências de sofrimento evidenciaram a utilização de estratégias de defesa do tipo racionalização (utilização de brincadeiras, auto-aceleração) e negação (negação de presença de doenças relacionadas ao trabalho), confirmadas pela verbalização dos trabalhadores pesquisados. **Conclusões:** O estudo mostra a co-existência de prazer e sofrimento dos trabalhadores de UAN e aponta para a reflexão a ser feita sobre a relação saúde e trabalho, bem como para a importância das práticas de gestão que devem ser favoráveis à construção e ao desenvolvimento de políticas de saúde e qualidade de vida no trabalho como estratégia para minimizar o sofrimento e evitar o adoecimento. Neste sentido, é importante avaliar a organização, as condições e as relações de trabalho.

## A TÉCNICA DIETÉTICA APLICADA À DIETOTERAPIA: UMA FERRAMENTA IMPRESCINDÍVEL À PRAXIS DO NUTRICIONISTA NA CLÍNICA.

ALMEIDA, T. T. G<sup>1</sup>; TUMA, R.B.<sup>2</sup>; SILVA, E.B.<sup>3</sup>.

<sup>1</sup> Discente do Curso de Graduação em Nutrição, Universidade Federal do Pará. Belém, Pará, Brasil.

<sup>2</sup> Docente da Faculdade de Nutrição, Universidade Federal do Pará. Belém, Pará, Brasil.

<sup>3</sup> Nutricionista aluna de pós graduação, Universidade Federal do Pará. Belém, Pará, Brasil.

Autor apresentador: Taianara Tocantins Gomes Almeida

**Objetivo:** Realização de um curso prático como atividade prévia da construção de um manual de técnica dietética aplicada à dietoterapia que possa suprir a carência de referências nessa área. **Metodologia:** Pesquisa bibliográfica e pesquisa na base de dados SCIELO; seleção dos experimentos com enfoque na regionalização das preparações; elaboração das aulas práticas e do material didático; divulgação do curso, inscrição dos participantes que atendessem aos pré-requisitos de já ter cursado as disciplinas de técnica dietética e dietoterapia; realização e ajuste dos experimentos propostos, seguido de registro fotográfico dos mesmos e aplicação de um formulário para avaliação do rendimento do curso. **Resultados:** O curso contou com a participação de 22 alunos e

teve duração de cinco dias. Foram testados 36 experimentos, estando estes distribuídos em 13 eixos: Modificações na consistência da dieta (dieta geral, dieta branda, dieta pastosa, dieta semi-líquida, dieta líquida, classificação dos sólidos e líquidos na disfagia), Deficiências de vitaminas e minerais (determinação de alimentos boa fonte e excelente fonte e alimentos fonte de Ca de Fe), Alterações gastrointestinais (dieta laxativa, dieta obstipante, doença celíaca e intolerância à lactose), Hipertensão, Diabetes, Doenças cardiovasculares, Doenças renais (hiperuricemia, insuficiência renal e hemodiálise), Doenças hepáticas (encefalopatia hepática), Erros inatos do metabolismo (fenilcetonúria), Alimentos funcionais, Obesidade e Desnutrição protéico calórica. Ao final de cada eixo foram discutidas questões referentes à cada experimento e as patologias a que estes eram referentes. Foram realizados ajustes em quatro experimentos. No formulário de avaliação do curso, foram abordados aspectos sobre a aplicabilidade dos conteúdos e experimentos ministrados, sobre a didática dos ministrantes, recursos didáticos e aspectos gerais. 86% dos inscritos responderam a avaliação e destes 95% (n=18) classificaram o curso como excelente e 5% (n=1) como bom. **Conclusão:** A realização do curso se mostrou satisfatória, despertando o interesse e a participação efetiva dos alunos que levantaram questões importantes sobre os temas debatidos, propiciando o aperfeiçoamento do manual que será, com certeza, uma importante ferramenta de trabalho, não só para os alunos de nutrição, mas também para o profissional nutricionista.

#### ACEITABILIDADE DE DIETAS HOSPITALARES E GASTRONOMIA HOSPITALAR: O CASO DE UM HOSPITAL PARTICULAR NA CIDADE DE SALVADOR - BAHIA

CUPERTINO, A.; MEIRELLES, A.R.N.; CUNHA, N.M.B.R.  
S/A HOSPITALALIANÇA

**OBJETIVO:** Avaliar a aceitabilidade de dietas aliadas ao conceito de gastronomia no âmbito hospitalar. **METODOLOGIA:** Estudo de intervenção realizado em três etapas com auxílio de um formulário específico previamente elaborado que continha informações sobre apresentação, paladar, variedade, temperatura, atendimento, pontualidade e o consumo da refeição. Etapa 1: Foram selecionados 28 pacientes de uma clínica médica, que contempla pacientes crônicos em uso de dieta via oral e com maior tempo de permanência hospitalar. Foram selecionados todos os pacientes que faziam uso exclusivo de dieta branda, via oral, com ou sem restrições para sal e açúcar. Para determinar o nível de satisfação e aceitação das dietas foi aplicado questionário de aceitabilidade, antes e depois da intervenção gastronômica, com pontuação determinada por uma escala hedônica de 5 pontos. A aceitação das receitas foi expressa em percentual de aceitação, indiferença e rejeição. Considerou-se a amostra com boa aceitação, quando 70% ou mais dos provadores expressaram valores superiores a 4 na escala hedônica. Etapa 2: Para a intervenção do conceito de gastronomia foram identificados aspectos que poderiam ser alterados conforme os preceitos gastronômicos incluindo: a apresentação do prato, a harmonia, cores e formas da refeição e a louça de cerâmica para todos os itens. Etapa 3: Para determinar os níveis de aceitação dos pacientes em relação às preparações após as modificações realizadas, foi aplicado novamente o questionário descrito a todos os pacientes do estudo, sendo excluídos 08 pacientes (30%) devido a alta hospitalar, transferência para outra clínica e involução da dieta. A análise foi

realizada após três dias de utilização das referidas técnicas gastronômicas. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** A partir da análise dos dados, observou-se que a pesquisa de satisfação aplicada no primeiro momento revelou que 50% dos pacientes aprovaram a refeição do hospital nos itens avaliados: apresentação, paladar, variedade e temperatura, e 42% julgaram esses itens indiferentes. Os itens atendimento dos colaboradores de nutrição, pontualidade do serviço e consumo da refeição apresentaram 82% de aprovação e 32% de rejeição. Após a intervenção, observou-se aceitação de 100% para os itens paladar e atendimento. Em relação a apresentação e pontualidade na entrega da dieta a aprovação foi de 90% dos pacientes, 85% aprovaram a temperatura dos pratos e a variedade dos pratos e o consumo correspondeu a 80%. Em se tratando do conceito de gastronomia hospitalar aplicado às dietas hospitalares, o estudo em questão confirma a boa aceitabilidade da dieta através das ferramentas do conceito de gastronomia hospitalar e com isso, evidencia-se o reconhecimento da idéia de associação de fatores dietéticos à prevenção e promoção da saúde. **CONCLUSÃO:** Evidencia-se que a Gastronomia Hospitalar contribui com as especificidades de cada paciente e deve constituir uma parceria de sucesso ser o centro de reflexão das políticas de qualidade alimentar e nutricionais nas instituições hospitalares abrangendo não só as necessidades nutricionais como as necessidades psicossensoriais e simbólicas dos pacientes. Sem dúvida a gastronomia é fundamental para uma atenção de qualidade do paciente hospitalizado.

#### ADEQUAÇÃO DO ALMOÇO SELF-SERVICE SERVIDO A PARTICIPANTES DO PROGRAMA ALIMENTAÇÃO DO TRABALHADOR EM UMA EMPRESA DE CATANDUVA/SP

SIMÕES, C. A.; TOMASETTI, C. S. C.

38 f. Monografia. (Pós-Graduação em Gerência de Unidades de Alimentação e Nutrição) – Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Universidade Norte do Paraná, Londrina, 2009.

Autor que irá apresentar o trabalho: Cristiane Aleixo Simões

Uma alimentação equilibrada é fundamental para o estado nutricional do trabalhador, para promover qualidade de vida, redução de acidentes de trabalho e conseqüentemente aumento de produtividade para as empresas. A avaliação do consumo de um indivíduo é importante tanto para verificar a adequação nutricional da refeição em questão quanto para estabelecer parâmetros de consumo local. Deste modo este trabalho teve o objetivo de avaliar a adequação nutricional do almoço *self-service* servido aos participantes do Programa Alimentação do Trabalhador com base no consumo médio diário per capita. A coleta de dados foi feita por meio da mensuração da quantidade produzida de cada gênero subtraindo as sobras nos balcões, no final da distribuição e os restos, obtendo deste modo, a quantidade efetivamente consumida. O per capita foi definido dividindo o consumo real pelo número de refeições/dia. Os resultados encontrados no almoço foram um valor energético médio de 1034,45 kcal, os teores de carboidratos, proteínas e lipídios foram respectivamente de 59,87%, 17,49% e 22,52%; em relação aos micronutrientes a média de ingestão foi de 58,06mcg para vitamina A, 20,1mg para vitamina C, 120,57mg para cálcio e 5,34mg para ferro. Conclui-se que o almoço servido em sistema *self-service* não atendeu todas as necessidades nutricionais dos seus clientes visto que, os mesmos realizam a escolha quantitativa e qualitativa da refeição. Deste modo faz-se necessário

que os trabalhadores em questão sejam foco de estratégias na promoção da saúde, necessitando receber orientações nutricionais sobre alimentação saudável para propiciar escolhas mais saudáveis, evitando a obesidade e o aparecimento de doenças crônicas não transmissíveis.

## ANÁLISE BIOMECÂNICA DA PREPARAÇÃO DE ISCA DE FRANGO

Isosaki M, Cardoso E, Nunes EC, Glina DMR, Rocha LE  
Instituto do Coração do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo-SP, Brasil  
Nome do apresentador: Mitsue Isosaki

A biomecânica é o estudo dos movimentos humanos. O sistema osteomuscular do ser humano o habilita a desenvolver movimentos de grande velocidade e de grande amplitude, mas a custo de resistências, que com o tempo podem provocar lesões nesse sistema. Os trabalhadores dos serviços de alimentação e nutrição são submetidos, ao prepararem os alimentos, a fatores de risco que levam a distúrbios osteomusculares. **Objetivo:** Realizar análise biomecânica do preparo de isca de frango grelhada. **Metodologia:** A análise foi realizada por fisioterapeuta especialista em ergonomia por meio de entrevistas e acompanhamento das atividades dos trabalhadores, registros fotográficos e da utilização da equação de NIOSH e de Moore & Garg. A preparação foi escolhida por ser considerada, pelos trabalhadores, como uma receita de difícil execução pela necessidade de mexê-la constantemente. **Resultados:** A grelha utilizada no preparo da isca era removível e pesava 16 kg expondo o trabalhador à sobrecarga do sistema osteomuscular. Pela equação de NIOSH, o risco apresentado foi classificado como de alto risco (LI=13,40). Para misturar as iscas na grelha o trabalhador, ao invés de utilizar espátulas consideradas pequenas em momentos de grande estrangulamento temporal, usava um prato de vidro, reduzindo assim o ciclo de trabalho de 7:53 minutos para 1:45 minutos. Embora sob o ponto de vista ergonômico fosse uma adequação interessante, por eliminar a repetição de movimentos, o risco de acidente com a quebra do prato era grande. Para mexer o frango com a espátula o trabalhador adotava posturas que sobrecarregavam o sistema osteomuscular, especialmente em ombros, devido as espátulas serem muito pequenas. Pelo método de Moore e Garg, o risco para os membros superiores foi considerado de Baixo risco (índice = 1,50), com intensidade de esforço leve, duração do esforço de 50% a 79% do ciclo, frequência do esforço de 9 a 14 minutos, postura da mão-punho ruim com desvio nítido, ritmo de trabalho razoável e duração do trabalho menor que 1 hora por dia. Foi recomendada a adoção de espátulas de tamanho maior e de grelha a gás fixa, o que eliminou os riscos nos membros superiores, especialmente nos ombros, mãos-punhos, com impactos positivos no processo de trabalho, pois o tempo anteriormente utilizado no preparo da isca de frango, no fogão convencional, passou a ser utilizado para o preparo de outros alimentos. **Conclusão:** A análise biomecânica do preparo de isca de frango grelhada possibilitou verificar a sobrecarga osteomuscular, principalmente nos membros superiores, que foi eliminada com a substituição do utensílio e do equipamento utilizado em seu preparo.

Observação: a inscrição de Mitsue Isosaki foi realizada pela UNILEVER

## ANÁLISE QUALITATIVA DO CARDÁPIO DE UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO HOSPITALAR DE SANTOS

PROVETE, F\*; SOUZAPINTO, A\*\*; SCAGLIUSI, F\*\*  
Universidade Federal de São Paulo, Santos - Brasil

**Objetivos:** Avaliar a qualidade nutricional e sensorial dos cardápios planejado e executado servido aos funcionários de uma unidade de alimentação e nutrição hospitalar no horário do almoço de segunda à sexta-feira durante quatro semanas do mês de maio de 2010; avaliar se as alterações realizadas comprometem a qualidade do cardápio; propor novas receitas. **Metodologia:** Para a avaliação do cardápio utilizou-se o método AQPC (Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio). Este método auxilia na avaliação global do cardápio de acordo com critérios como técnicas de cocção, combinação de cores, frequência da oferta de fritura (de forma isolada e associada a doces na sobremesa), presença de carne gordurosa, frequência da oferta de preparações gordurosas, de frutas e verduras. Para a análise do comprometimento da qualidade sensorial e nutricional foram comparados os cardápios planejado e executado. Após a análise dos cardápios, foram propostas novas receitas para as preparações que mais se encontraram inadequadas quanto aos aspectos nutricional e sensorial. **Resultados e conclusões:** O cardápio analisado era composto por prato base (arroz e feijão), prato protéico e opção de prato protéico, guarnição, salada (sendo substituída por sopa a partir da terceira semana) e sobremesa. Através da análise qualitativa das preparações, nota-se que o cardápio possui elevado teor calórico, pois observou-se a ocorrência de 70% de carne gordurosa, 65% de doce na sobremesa e 50% de fritura, sendo que a associação dos dois últimos ocorreu em 20% dos dias. Em relação ao aspecto sensorial do cardápio, no que diz respeito à combinação de cores, houve monotonia em 45% dos dias. A oferta de frutas obteve apenas 35% de ocorrência. Já a presença de folhosos foi de 55%. Devido à alta frequência de substituições analisou-se também o cardápio executado, fazendo-se a comparação entre eles. A oferta de fritura foi 15% maior no cardápio executado, e a oferta de doce aumentou apenas em uma preparação, assim como a combinação de ambas as preparações. A presença de carne gordurosa foi 15% maior no cardápio planejado em relação ao executado, e a de preparações gordurosas foi 10% maior. No critério combinação de cores houve monotonia em 25% a mais no cardápio planejado. A presença de frutas e folhosos foi maior no cardápio planejado, sendo 5% maior para ambos os alimentos. O planejamento é imprescindível para evitar e também solucionar problemas, sendo um instrumento a ser usado contra a monotonia de ingredientes e preparações. Após a análise dos cardápios planejado e executado, nota-se que o planejamento do cardápio foi influenciado em primeiro plano pelo fator custo, pois a unidade trabalha com recursos restritos. Em seguida considerou-se a preferência dos funcionários, devido à alta presença de carne gordurosa e doce como sobremesa, já que esses são apreciados pelos comensais. As substituições realizadas no cardápio planejado da unidade estudada não comprometeram a qualidade nutricional e sensorial deste, pois os índices de presença de carne gordurosa, preparações gordurosas e cores iguais foram maiores no cardápio planejado em relação ao cardápio executado. Quanto às frutas e hortaliças, as diferenças entre cardápio planejado e executado foram pequenas, pois o índice da oferta foi apenas 5% menor no cardápio executado para ambos os alimentos. Por essas razões é necessário estabelecer critérios para o planejamento do cardápio, a fim de ofertar refeições balanceadas e equilibradas sensorial e nutricionalmente.

\*Discente do Curso de Nutrição – apresentador do trabalho

\*\*Docente do Curso de Nutrição

## ANÁLISE SENSORIAL DE ACEITAÇÃO DE BOLO DE CHOCOLATE ADICIONADO DE FARINHA DE TRIGO INTEGRAL

VOLPINI, L.; VIRGOLIN, L.; MENDES, P.; SANTOS, F.; GOUVEIA, D.; SOLDATTI, D.

Instituto Municipal de Ensino Superior – IMES Catanduva/ SP

Apresentadora: Larissa Fernanda Volpini

**INTRODUÇÃO:** Alimentos funcionais incluem alimentos integrais, que causam efeitos potencialmente benéficos à saúde quando consumidos regularmente como parte de uma dieta variada e em níveis efetivos. Nas últimas décadas, tem crescido muito o interesse pelo estudo do conteúdo de fibra dos alimentos, bem como dos efeitos de sua ingestão pelo homem. Dietas pobres em fibras freqüentemente estão associadas a algumas doenças e devido ao aumento de pessoas com obesidade e patologias associadas, a população tem buscado uma alimentação mais saudável, sendo neste caso indicado aumentar o consumo de fibras, pois as mesmas auxiliam na perda de peso, no controle da glicemia e do colesterol. Devido a estes fatos, faz-se necessário a avaliação sensorial do bolo de chocolate elaborado com farinha integral. **OBJETIVO:** Introduzir farinha de trigo integral na preparação de bolo de chocolate com a finalidade de aumentar o teor de fibras e torná-lo mais nutritivo e avaliar a influência deste constituinte sobre a qualidade sensorial do produto. **METODOLOGIA:** Foi desenvolvido um bolo de chocolate com substituição de 50% de farinha de trigo refinada por farinha de trigo integral, onde foram padronizadas as quantidades de cada ingrediente utilizado e o tempo de forneamento, em seguida o mesmo foi avaliado sensorialmente por 85 provadores não treinados, homens e mulheres, entre 18 e 61 anos, fumantes e não fumantes, estudantes, professores e funcionários do Instituto Municipal de Ensino Superior. Para a avaliação da análise sensorial foi utilizada a escala hedônica de nove pontos, onde a nota um (1) representa desgostei muitíssimo e nota nove (9) representa gostei muitíssimo e os resultados foram avaliados estatisticamente pelo programa Instat 3. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Dos 85 provadores que avaliaram sensorialmente o produto, 44 provadores avaliaram o produto como gostei muitíssimo (nota 9), sendo 51,8% e 32 provadores avaliaram como gostei muito (nota 8), sendo 37,6%. A somatória das notas 9 e 8 corresponde a 76 provadores, ou seja, 89,4%, caracterizando sensorialmente esse produto com boa aceitação. Vale destacar que apenas 8,2% dos provadores avaliaram o produto como gostei moderadamente (nota 7) e 2,4% gostei ligeiramente (nota 6). Importante ressaltar ainda, que o produto não obteve nenhuma avaliação nas notas 5 (não gostei e nem desgostei), nota 4 (desgostei ligeiramente), nota 3 (desgostei moderadamente), nota 2 (desgostei muito) e nota 1 (desgostei muitíssimo). **CONCLUSÃO:** De acordo com os dados citados, podemos concluir que além de fornecer benefícios à saúde e ser rica em fibras, incluir a farinha de trigo integral na formulação de bolos não interfere na aceitação sensorial, podendo ser um bom substituto da farinha de trigo refinada, mesmo que parcialmente, aumentando e incentivando o consumo de alimentos ricos em fibra.

## ANÁLISE SENSORIAL DE BOLO ENRIQUECIDO COM MESOCARPO DE BABAÇU

SOUZA, A.T.L.<sup>1</sup>; CAVALCANTE, L.F.P.<sup>1</sup>; MOREIRA, P.R.S.<sup>1</sup>; LUNA, L.M.<sup>1</sup>; FRANÇA, A.K.T. da C<sup>2</sup>

1. Acadêmica do Curso de Nutrição da Universidade Federal do Maranhão

2. Professora Assistente da Universidade Federal do Maranhão-UFMA

Universidade Federal do Maranhão- UFMA, São Luís- MA-Brasil

Apresentador: Ângela Tâmara Lemos Souza

**Objetivo:** Realizar análise sensorial de bolo com mesocarpo de babaçu desenvolvido por alunas do Curso de Nutrição.

**Metodologia:** A preparação contendo a farinha do mesocarpo de babaçu foi elaborada no laboratório de Técnica Dietética da Universidade Federal do Maranhão. Entrevistou-se 50 alunos da Universidade Federal do Maranhão- UFMA de cursos diversos. Os provadores avaliaram as amostras quanto à consistência, aroma, aparência e sabor em sala individualizada, utilizando uma ficha de avaliação com escala hedônica estruturada em nove pontos, onde os resultados foram obtidos pela média das notas seguido do desvio padrão. **Resultados:** O resultado final do experimento quando submetido à análise sensorial obteve no atributo aparência média de  $7,56 \pm 1,2$  e aroma média de  $7,84 \pm 1,1$ . Verificou-se média de  $8,3 \pm 0,7$  para a consistência e média de  $8,1 \pm 1,4$  para o sabor. Tais médias são definidas na escala hedônica como “gostei moderadamente” e “gostei muito” correspondendo as notas sete e oito, respectivamente. Desta forma, verificou-se que o bolo elaborado obteve uma boa aceitação, sendo mencionado por alguns provadores que apresentava sabor semelhante ao do bolo de chocolate.

**Conclusão:** Diante dos resultados obtidos pode-se concluir que o bolo elaborado enriquecido com farinha de babaçu foi sensorialmente bem aceito, podendo ser utilizado como suplemento alimentar fundamental, principalmente, para quem apresenta quadro de desnutrição, por conter uma riqueza energética e ser uma excelente fonte dos minerais: Ca, Fe e Fósforo. Além de possuir propriedades terapêuticas antiinflamatórias e analgésicas a farinha de babaçu possui quantidades significativas de fibras que contribui para uma maior eficiência do fluxo intestinal. Portanto, preparações contendo a farinha de babaçu demonstram ser uma alternativa viável para integrar uma alimentação saudável associada a um sabor agradável e nutritivo.

## ATUAÇÃO DO PROFISSIONAL NUTRICIONISTA EM SUPERMERCADOS DA REGIÃO SUL FLUMINENSE

Oliveira, S.M.<sup>1</sup>; Bicalho, E.S.<sup>2</sup>

1. Discente do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Barra Mansa – UBM. AUTOR APRESENTADOR

2. Mestre em Nutrição Humana, Docente do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Barra Mansa – UBM.

O controle dos gêneros alimentícios em supermercados resguarda e protege o consumidor, evitando a ocorrência de doenças e fraudes. O objetivo do presente estudo foi verificar a presença de nutricionistas nos supermercados da região Sul Fluminense do estado do Rio de Janeiro, bem como aplicar um *check-list* nos estabelecimentos. Trata-se de um estudo descritivo, onde foi aplicado um questionário com os gerentes dos estabelecimentos, buscando verificar a existência do profissional nutricionista, bem como o nível de conhecimento que estes responsáveis possuem sobre a importância da atuação do nutricionista no supermercado. Por fim, aplicou-se um *check-list* visando comparar o índice de conformidades e não conformidades dos estabelecimentos. O instrumento utilizado foi estabelecido com base nas exigências estabelecidas pela ANVISA. Foram avaliados cinco supermercados,

onde foram verificados 86 itens. O supermercado "D" apresentou melhor avaliação (82,5% de conformidades), seguido pelo supermercado "C" (81,3%). "E" (80,2%), "A" (76,7%) e por fim "B" (61,6%). Quando interrogados sobre a importância do nutricionista no supermercado, a maioria não soube responder, e os que responderam reportaram que possuem a função de orientar os consumidores sobre a importância do valor nutritivo dos alimentos. Os mesmos informaram que existe uma fiscalização da vigilância sanitária, onde a mesma recolhe produtos não conformes, além de orientar os mesmos sobre possíveis irregularidades, porém esta fiscalização é "rara". Apenas um estabelecimento possui um nutricionista em seu quadro, e este relatou que sua principal função no estabelecimento é orientar clientes. O presente estudo ressalta a importância do nutricionista neste ramo, e salienta que a função do profissional vai muito além da interação com o cliente. Chama a atenção que os responsáveis pelos estabelecimentos desconheçam a importância do nutricionista em seus estabelecimentos, uma vez que este é o profissional apto e qualificado para orientar a correta manipulação de gêneros alimentícios. Por fim, recomenda-se que não só autoridades governamentais, mas a própria população exija a presença do nutricionista nos supermercados, visando a segurança e integridade dos produtos comercializados nestes estabelecimentos.

#### AVALIAÇÃO DA ALIMENTAÇÃO OFERECIDA POR UM RESTAURANTE POPULAR DA CIDADE DE BELÉM, PARÁ.

VIDAL, G.M.<sup>1</sup>; BALTAZAR, L.R.S.<sup>1</sup>; MOTA, Y.<sup>1</sup>; COSTA, L.F.<sup>2</sup>; MENDONÇA, X.M.F.D.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Discentes do Curso de Graduação em Nutrição da Universidade Federal do Pará.

<sup>2</sup> Docentes da Faculdade de Nutrição, Universidade Federal do Pará. Belém, Pará, Brasil.

Autor apresentador: Lorena Régia Sarmiento Baltazar

**Objetivo:** O presente estudo buscou avaliar a aceitabilidade de cardápios, bem como a presença de avaliações de controle de qualidade em um Restaurante Popular de Belém-PA. **Metodologia:** A satisfação dos cardápios foi avaliada por meio de Pesquisa de Opinião realizada no mês de maio de 2010, com os usuários do restaurante, aferida em escala hedônica verbal que tinha como alternativas: ótimo, bom, regular e ruim. A avaliação do controle de qualidade constou da verificação de documentação comprobatória da realização dos itens: controle do número de refeições servidas, avaliação das sobras e restos, avaliação do aporte calórico das refeições (energia, macro e micronutrientes), custo do cardápio e teste de aceitabilidade. **Resultados:** Foram realizadas 7 pesquisas da aceitabilidade do cardápio com 1934 usuários durante o mês de maio de 2010. Os resultados da escala hedônica verbal apontou que os cardápios servidos foram aceitos por 85% (34,47% Ótimo e 50,57% Bom) dos comensais e rejeitado por 15% deles (11,13% Regular e 3,83% Ruim). As principais sugestões dos usuários foram: diminuir a quantidade de sal das preparações, aumentar a temperatura dos pratos oferecidos, variar os cardápios, aumentar a quantidade servida, servir salada crua todos os dias, adotar a farinha branca sempre e retirar a farinha amarela. Em relação ao controle de qualidade da alimentação fornecida, eram aplicadas somente duas medidas de qualidade; o teste de aceitabilidade utilizando uma escala hedônica verbal e o controle do número de refeições servidas. Dessa forma, não eram realizados o controle

de resto ingesta, a avaliação do aporte calórico das refeições e o custo do cardápio. **Conclusão:** De acordo com os resultados obtidos por essa pesquisa foi possível concluir que o cardápio oferecido é bem aceito pelos usuários, sendo que a maioria classificou as refeições analisadas como ótimo ou bom. Porém, é necessária a implantação das sugestões, uma vez que sempre é preciso fazer melhorias para aumentar a qualidade do produto final e a satisfação da clientela. A avaliação da qualidade das refeições é atribuição obrigatória do profissional nutricionista e esse deve se apropriar de suas atribuições legais e assim estará promovendo a valorização da profissão e desempenhando o seu papel de agente de saúde.

#### AVALIAÇÃO DO PLANEJAMENTO DE CARDÁPIOS DE UM RESTAURANTE POPULAR DA CIDADE DE BELÉM, PARÁ

VIDAL, G. M.<sup>1</sup>; MOTA, Y. F. <sup>1</sup>; BALTAZAR, L. R. S.<sup>1</sup>; COSTA, L. F.<sup>2</sup>; MENDONÇA, X. M. F. D.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Discentes do Curso de Graduação em Nutrição da Universidade Federal do Pará.

<sup>2</sup> Docentes da Faculdade de Nutrição, Universidade Federal do Pará. Belém, Pará, Brasil.

Autor apresentador: Glenda Marreira Vidal

**OBJETIVOS:** Avaliar se os cardápios do almoço servidos em um Restaurante Popular da cidade de Belém, Pará estava em conformidade com as recomendações de inclusão de uma porção de alimento de cada grupo básico. **METODOLOGIA:** Utilizou-se como referência de avaliação a Tabela de per capita por grupo básico de alimentos, elaborada pelo Centro de Referência para Prevenção e Controle das Doenças Associadas à Nutrição (CRNUTRI) da Universidade de São Paulo (USP) e da Faculdade de Saúde Pública (FSP). Foram analisados quinze cardápios durante os meses de maio e junho de 2010. Avaliou-se se esses estavam em conformidade com as recomendações de inclusão uma porção de alimento de cada grupo básico, segundo os valores de referência da CRNUTRI: Grupo 1 (cereais, pães, massas e tubérculos), Grupo 2 (hortaliças), Grupo 3 (carnes e ovos), Grupo 4 (leite e derivados), Grupo 5 (frutas), Grupo 6 (leguminosas), Grupo 7 (óleos e gorduras) e Grupo 8 (açúcares e doces). **RESULTADOS:** Verificou-se que dos 15 cardápios analisados, ao que se refere ao Grupo 1, 86,67% (n=13) possuíam duas porções de alimentos desse grupo e 13,33% (n=02) apresentaram três porções. Quanto ao Grupo 2, 66,67% (n=10) possuíam uma porção desse grupo, 26,67% (n=4) apresentaram duas porções e 6,66% (n=1) nenhuma porção. Em relação ao Grupo 3, 93,33% (n=14) apresentaram uma porção e 6,67% (n=1) duas porções. Já no Grupo 4, 100% (n=15) dos cardápios apresentaram nenhuma porção. Observou-se que 100% dos cardápios analisados (n=15) apresentavam uma porção de alimentos dos Grupos 5, 6 e 7. Em relação ao Grupo 8, apenas 6,67% (n=01) possuíam uma porção e os demais 93,33% (n=14) não apresentavam porção alguma. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que apenas os Grupos 5, 6 e 7 estavam de acordo com o recomendado, já que apresentaram uma porção cada em todos os cardápios analisados. Em relação aos demais grupos, todos estavam acima e/ou abaixo das recomendações. Dessa forma é imprescindível que os cardápios sejam planejados considerando as peculiaridades da clientela e segundo parâmetros de controle da qualidade do cardápio ofertado a partir de fichas e formulários padronizados.

## AVALIAÇÃO DO RESTO INGESTÃO DE UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO DA REGIÃO OESTE DE BELO HORIZONTE

BANDEIRA, F. F.<sup>1,2</sup>; FERRAZ, A. L.<sup>1</sup>; FERREIRA, D. C. B.<sup>1</sup>; SILVA, D. L.<sup>1</sup>; MOURA, M. S. C.<sup>1</sup>; CARVALHO, S. S.<sup>1</sup>.

1 – Nutricionistas; 2- Especialista em Nutrição Geriátrica  
Local, Cidade e País: Unidade de Alimentação e Nutrição, Belo Horizonte – MG, Brasil

Autor apresentador: Fernanda Fortini Bandeira

A Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) é considerada como unidade de trabalho ou órgão de uma empresa que desempenha atividades relacionadas à alimentação e nutrição. No que diz respeito a de perdas de alimentos, tudo que se evidencia é a necessidade de mostrar o quanto verduras, legumes, frutas, carnes e comida pronta propriamente dita são perdidas nos restaurantes. Entretanto, a grande maioria dos restaurantes não mensura essas perdas, nem sabe onde elas ocorrem e, principalmente, quanto custam. Através da identificação das perdas, é possível tomar atitudes corretivas, ações em prol da melhoria contínua e otimização de resultados. O objetivo deste estudo foi analisar o resto ingestão de uma UAN institucional de médio porte. O tipo de serviço é *self-service*, exceto para carne que é porcionada. Os clientes frequentadores desta UAN são prestadores de serviço de telemarketing (operadores, supervisores, coordenadores, gerentes, diretores e presidente). O cardápio oferecido é fixo por mês e de padrão B. Para confeccionarmos este trabalho, utilizamos apenas os valores da refeição completa da planilha cedida pela nutricionista do local, contendo dados de cada alimento cru. Sendo assim, o fator de correção foi aplicado de acordo com cada alimento e o fator de cocção através do grupo de alimentos, para obtermos o peso total da preparação. A escolha do cardápio e dos dias analisados foi aleatória. Para determinar o índice de resto ingestão (IR), foi aplicado o indicador de restos proposto por Teixeira *et al.* (1990), que é representado pela relação percentual entre o peso da refeição rejeitada (PRR) e o peso da refeição distribuída (PRD). Neste trabalho pode-se observar que o percentual de aceitação das refeições oferecidas na UAN estudada, atendem plenamente os hábitos alimentares da clientela. Considerando o aspecto nutricional do cardápio, observa-se que os mesmos estão equilibrados, pois todas as refeições contemplam cada grupo da pirâmide alimentar. Em relação aos resultados do Resto Ingesta obtidos encontram-se dentro da faixa aceitável (10%) conforme Castro *et al.*, 2003. A média do Resto Ingesta encontrada foi de 3.77, sendo então classificada como ótima, mostrando a aceitação do cardápio. Quando o planejamento do cardápio é bem feito, como foi o caso desta UAN, a quantidade de alimentos preparada fica próxima às necessidades reais de consumo, portanto o índice final de sobra alimentar é pequeno, e quando o cardápio satisfaz plenamente a clientela, o Resto Ingestão tende a ser muito baixo, confirmando qualidade ao serviço oferecido.

## AVALIAÇÃO DO TRATAMENTO TÉRMICO NA INATIVAÇÃO DE FATORES ANTINUTRICIONAIS DO TREMOÇO

MONTEIRO, M.R.P.; OLIVEIRA, C.T.; SILVA, L.S.  
Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, Brasil.  
Autor que irá apresentar o trabalho: MONTEIRO, M.R.P.

A utilização do tremoço, desde a sua domesticação tem sido limitada, em parte devido a seus elevados teores de fatores antinutricionais, tais como as saponinas, os alcalóides e os inibidores de proteases.

Essas substâncias interferem negativamente na digestibilidade protéica. O uso do tratamento térmico tem por objetivo reduzir ou até mesmo eliminar esses fatores antinutricionais. Para avaliar se o tratamento térmico foi suficiente para inativar os fatores antinutricionais foi determinado o índice de urease, uma enzima termolábel que é degradada com o aumento da temperatura. Este trabalho baseou-se na premissa de que o tratamento térmico adequado dado aos grãos de tremoço promova a inativação dos fatores antinutricionais presentes nessa leguminosa. As farinhas das sementes de tremoço foram tratadas termicamente, sendo submetidas à secagem em calor seco utilizando dois binômios tempo-temperatura: 100°C por 60 minutos e 150°C por 30 minutos. Após a secagem, as sementes foram trituradas em multiprocessador e peneiradas. A metodologia desta análise consistiu em determinar a redução na atividade da enzima urease, presente na farinha. Assim, se o tratamento térmico submetido às amostras for suficiente para inativar tal enzima, ele também o será para inativação dos fatores antinutricionais. A determinação da atividade de urease foi realizada de acordo com o método descrito pela AOAC. O método consiste na avaliação da diferença de pH da amostra teste e do branco. Deste modo, uma variação de pH < 0,25 indica inativação da urease e dos demais fatores. Além da determinação da atividade de urease foi determinada a solubilidade da proteína após o tratamento térmico. A determinação da solubilidade protéica foi realizada com base na metodologia publicada no Diário Oficial da União, seção 1-1981. Para a conversão de nitrogênio para proteína, foi usado o fator de 6,25. O tratamento a 100°C por 60 minutos obteve uma variação média de pH de 0,0325 ± 0,005, enquanto que o tratamento de 150°C por 30 minutos foi de 0,0275 ± 0,00957, não havendo diferença estatística a nível de 5% de probabilidade entre os tratamentos térmicos. Sabe-se que tanto a enzima urease quanto os fatores antinutricionais são termolábeis tendo, porém, a urease uma maior resistência térmica se comparada às lectinas e inibidores de proteases. Assim, se o tratamento térmico submetido às amostras for suficiente para inativar tal enzima, ele também será suficiente para inativação dos fatores antinutricionais. Contudo, percebeu-se que o segundo tratamento térmico, com aquecimento à temperatura de 150°C por 30 minutos teve como resultado um índice de urease menor se comparado ao outro método de tratamento térmico, sendo então, o segundo tratamento mais eficaz se comparado ao primeiro. Após o tratamento térmico a solubilidade se mostrou menor, passando de 79,46 para 75,85. No entanto essa diferença não foi estatisticamente significativa, ou seja, o calor não foi excessivo a ponto de comprometer a solubilidade protéica do tremoço. Desta forma, com base nos valores do índice de urease encontrados para a farinha de tremoço, concluiu-se que o tratamento térmico utilizado foi eficaz em ambas as combinações tempo x temperatura, sem comprometer a solubilidade protéica.

## CAPACITAÇÃO DE MULTIPLICADORES EM “APROVEITAMENTO INTEGRAL E OTIMIZAÇÃO DO USO DE ALIMENTOS SAZONAIS” EM DUAS COMUNIDADES NO MUNICÍPIO DE SOURE NA ILHA DO MARAJÓ-PA.

SILVA, E.B.; TUMA, R.B.; ARAÚJO, M. de S.; MACIEL, A.P.; PARAGUASSÚ, A.L.S.  
Universidade Federal do Pará.  
Autor que irá apresentar o trabalho: Rahilda Brito Tuma

**OBJETIVO:** Elaborar estratégias para diminuir o desperdício e diversificar o uso de alimentos sazonais em duas comunidades

localizadas na periferia do município de Soure na ilha do Marajó-PA com foco na formação de multiplicadores. **METODOLOGIA:** Realização de visita técnica para reconhecimento das duas comunidades e escolha do local apropriado para a realização da oficina; levantamento dos alimentos típicos da região e da alimentação local: origem dos alimentos, produção local, sazonalidade, alimentos comercializados, tipo de comércio local, recursos naturais e alimentos de baixo valor social; seleção dos participantes da oficina, todos com perfil para atuarem como multiplicadores. Planejamento e definição dos temas e receitas a serem trabalhadas na oficina. Elaboração das cartilhas e dos certificados. Organização do material didático. Execução da oficina.

**RESULTADOS:** Foram elaboradas duas cartilhas com linguagem de fácil entendimento e apropriada para a população-alvo: uma com o conteúdo teórico sobre higiene, manipulação e aproveitamento integral dos alimentos e outra contendo 49 receitas de fácil execução, baixo custo e que priorizam o aproveitamento integral dos alimentos, a otimização do uso de alimentos “da época” e daqueles considerados de baixo “valor social”. As receitas planejadas foram categorizadas em: Prato Principal (10); acompanhamento (10); sobremesa (10); suco (6); lanche (10); base de temperos (3). Foram capacitados 20 integrantes das 2 comunidades. Durante a oficina foram executadas 17 das 49 receitas planejadas, sendo 1 base de temperos para preparações, 4 pratos principais, 4 acompanhamentos, 3 sucos, 3 sobremesas e 2 lanches.

**CONCLUSÃO:** A formação de multiplicadores das boas práticas de higiene, manipulação e aproveitamento integral dos alimentos, valorizando os recursos regionais e “de época”, proporcionará aos demais membros das duas comunidades um meio de utilizar esses alimentos de forma sustentável, colaborando ainda para maximização da renda familiar e para a melhoria da qualidade nutricional da dieta.

#### CERTIFICAÇÕES DE QUALIDADE EM POUSADAS: AVALIAÇÃO DOS ASPECTOS RELACIONADOS À MANIPULAÇÃO SEGURA DE ALIMENTOS.

Autores: AMARO, M.E.F.S.; CALAZANS, D.L.

Serviço Nacional de Aprendizagem Comercial (SENAC/AR/RN), RN, Brasil

**Autor apresentador:** Maria Emília Fernandes da Silva Amaro

A qualidade é fator primordial em qualquer tipo de serviço. E, nos serviços de alimentação é indispensável, pois os danos que podem ocasionar aos clientes são graves, como surto alimentar. Em empreendimentos turísticos, como hotéis e pousadas, este aspecto merece destaque, haja vista que um surto alimentar pode prejudicar a imagem do estabelecimento, levando até mesmo ao seu fechamento. **Objetivo:** Este estudo, caracterizado como pesquisa-ação, buscou avaliar os aspectos relacionados à manipulação segura de alimentos em pousadas que receberam o Atestado de Qualidade em manipulação de alimentos, fornecido pelo Programa Alimentos Seguros (PAS), através do Serviço Nacional de Aprendizagem Comercial (SENAC/RN), após a consultoria de implantação das Boas Práticas (BPF). **Metodologia:** O presente estudo é resultado de uma pesquisa-ação, realizada em três pousadas no município de São Miguel do Gostoso do Estado do Rio Grande do Norte. Utilizou-se os dados obtidos através dos *check-list* utilizados pelos PAS, nas fases iniciais e finais de consultoria para a implantação das BPF nas pousadas, durante o período de julho a dezembro de 2009. O Atestado é concedido à empresa que ao final da consultoria obtiver

conformidade em 80% dos itens gerais e 100% dos itens críticos, sendo estes últimos entendidos como aqueles que provocam risco iminente à saúde do consumidor. **Resultados:** Os principais problemas identificados inicialmente nas pousadas foram nos *aspectos gerais de recursos humanos*, destacando-se ausência de capacitações e/ou treinamentos, ausência de procedimentos de higiene pessoal, ausência de exames médicos dos manipuladores, uso de adornos e ausência de fardamento adequado. Contudo, outros itens apresentaram-se com percentual abaixo do desejado: *aspectos de instalações e saneamento* (ausência de controle integrado de pragas, ausência de lavatório exclusivo para lavagem das mãos, dentre outros), *aspectos de equipamentos e utensílios* (ausências de procedimentos adequados de higiene de superfícies) e *aspectos gerais da produção* (ausência de registros de controles dos Procedimentos Operacionais Padrões). Dos itens críticos, aqueles com maior índice de não-conformidades foram os relacionados aos procedimentos de higiene pessoal e do ambiente. Após a consultoria, 100 % das pousadas obtiveram o Atestado de Qualidade, com média de 96 % dos itens gerais em conformidade. **Conclusão:** O empenho dos colaboradores em colocar em prática os conhecimentos adquiridos durante a consultoria foi fator determinante para adequação do percentual final de conformidade, impactando positivamente nos *aspectos gerais da produção*. Corroborando com esse resultado positivo teve-se o comprometimento dos proprietários em realizar todas as adequações físicas necessárias para atender aos requisitos da legislação sanitária vigente, o que trouxe resolutividade para os itens *aspectos de instalações e saneamento* e *aspectos de equipamentos e utensílios*. Dessa forma, verifica-se que a formação continuada de todos os manipuladores de alimentos, aliada à motivação e empenho da alta diretoria, são indispensáveis para o cumprimento das regras de higiene e segurança alimentar, assim como, são ferramentas imprescindíveis para a manutenção das boas práticas em qualquer serviço de alimentação.

Palavras-chaves: boas práticas, qualidade, manipulação segura

#### COMPORTAMENTO ALIMENTAR DE JOVENS UNIVERSITÁRIOS: FAST-FOOD VERSUS ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Autores: ASSIS, L.; CÂMARA, J.; CRUZ, P.; QUEIROZ, S.; CALAZANS, D.L.

Universidade Federal do Rio Grande do Norte. (UFRN/FACISA). Santa Cruz/RN, Brasil

**Autor apresentador:** Dinara Leslye Macedo e Silva Calazans

Ao longo da história alimentar das populações, mudanças estão cada vez mais presentes. Na sociedade moderna, as transformações são decorrentes de uma nova socialização, em que a industrialização e conseqüente globalização causaram o surgimento de um mundo imediatista, onde se alimentar rapidamente e com baixo custo é um hábito comum entre as pessoas. O *fast-food*, que representa essa nova prática alimentar, diz respeito a refeições rapidamente confeccionadas e que podem ser ingeridas em poucos minutos e são, geralmente, ricas em gorduras saturadas e com excesso de sódio, favorecendo o aumento do índice de obesidade entre jovens, contribuindo para uma morbimortalidade prematura. A alimentação saudável é uma importante ferramenta de reversão desse quadro. **Objetivo:** Neste sentido foi realizada uma pesquisa para que se pudessem identificar as causas que levam os jovens a adotarem esse novo estilo de alimentação. **Metodologia:** Este estudo foi conduzido através de pesquisa descritiva com abordagem

quantitativa, onde os sujeitos de estudo foram estudantes de uma universidade pública no município de Santa Cruz/RN, selecionados por conveniência e interesse em participar, sendo entrevistados 48% dos estudantes do curso de nutrição desta universidade. **Resultados:** O perfil dos respondentes teve predominância do sexo feminino (97%) e faixa etária entre 16 e 21 anos. A maioria dos estudantes afirmou consumir *fast-food* diariamente (51%), relatando como motivos para o consumo: a falta de tempo para alimentar-se adequadamente (57%), buscando uma refeição rápida e prática; apreciar o sabor desse alimento (41%), além de preço acessível e ampla variedade dos produtos disponíveis em vários pontos comerciais da cidade. **Conclusões:** Estes motivos são diferentes aspectos que manifestam valores culturais, sociais, afetivos e sensoriais da alimentação. Embora tenham demonstrado um relativo conhecimento sobre o conceito de uma alimentação saudável, na qual, na visão deles, o *fast-food* não está inserido, e os riscos dessa alimentação em excesso, seu consumo é alto, substituindo por vezes o jantar. Estes achados concordam com o novo estilo alimentar (errôneo) da população brasileira, ratificando a necessidade de inserção da Educação Nutricional de forma contínua na educação formal, sendo iniciada na fase de construção dos hábitos alimentares. Deste modo, o estudo corrobora com a proposta do Guia Alimentar da População Brasileira de que os restaurantes comerciais devem ser locais que auxiliem na promoção de práticas alimentares saudáveis, sugerindo um novo olhar para estes estabelecimentos, no sentido de a Nutrição se fazer presente na alimentação produzida e servida.

Palavras-chaves: Alimentação Saudável, comportamento alimentar, fast-food

### DEGRADAÇÃO DO ÓLEO DE FRITURA DE RESTAURANTES COMERCIAIS DO CENTRO DE CHAPECÓ - SC

Universidade Comunitária da Região de Chapecó – Unochapecó  
Silva, APB; Cecon, G; Borjes, LC

**INTRODUÇÃO:** O consumo de alimentos fritos e pré-fritos tem aumentado nos últimos anos, provocando uma maior ingestão de óleos e gorduras após terem sido submetidos a elevadas temperaturas. Devido ao fato de que este processo altera a natureza química de óleos e gorduras aquecidos, e seu consumo representa riscos à saúde, observa-se a necessidade de se estabelecer medidas para reduzir o grau de degradação destes. **OBJETIVOS:** Analisar o grau de degradação do óleo de fritura em restaurantes comerciais do município de Chapecó - SC. **METODOLOGIA:** O estudo foi desenvolvido com todos os restaurantes comerciais que servem almoço no bairro centro, cadastrados no site do Sindicato de Hotéis, Bares, Restaurantes e Similares, totalizando uma amostra de 15 estabelecimentos. Os instrumentos para coleta de dados foi um questionário semiestruturado; o monitor de óleos e gorduras da 3M®; o monitor de óleo alimentar FOM 310; e o termômetro infravermelho à laser. Estes avaliaram o grau de ácidos graxos livres, de compostos polares e temperatura. As medições foram realizadas durante a produção de refeições. Os dados foram analisados por estatística descritiva usando o programa SPSS versão 16.0. **RESULTADOS:** Observou-se que do total de amostras analisadas, 66,66% encontravam-se acima do limite para ácidos graxos livres, sendo o estipulado pela legislação até 2,5%. Considerando o limite de descarte para óleos de fritura de até 25%

de compostos polares, 13,33% dos estabelecimentos apresentavam teores de compostos polares acima do preconizado, portanto em condições de descarte. Ao relacionar os parâmetros temperatura x degradação, não foi observada nenhuma diferença estatística. **CONCLUSÃO:** Diante disso, percebe-se que conhecer os procedimentos utilizados nos processos de fritura e estabelecer o momento em que estes devem ser descartados, podem implicar em redução final dos custos e controle da qualidade do alimento. Destaca-se a importância deste estudo para conhecer a qualidade dos óleos, de acordo com o seu grau de degradação, uma vez que estes fazem parte da dieta diária da população.

Lúcia Chaise Borjes - lborjes@unochapeco.edu.br

### DESENVOLVIMENTO DE MATERIAL DIDÁTICO SOBRE RECEITAS SAUDÁVEIS PARA O DESJEJUM

ONO, Y; MARTENS, I; DA SILVA, J; TERRAZAS, S.

Universidade Federal do Pará, Belém-Brasil

Autor que irá apresentar o trabalho: Irland Barroncas Gonzaga Martens

**OBJETIVOS:** Desenvolver material didático sobre receitas saudáveis para o desjejum, realizando experimentos no Laboratório de Técnica Dietética da Faculdade de Nutrição da Universidade Federal do Pará (UFPA), para criar e adaptar diversas preparações, as quais foram organizadas em fichas técnicas, a serem utilizadas como: ferramenta no aconselhamento dietético, material educativo para o acervo das disciplinas Educação Nutricional, Técnica Dietética e Prática em Unidade de Alimentação (PUAN) e Nutrição e Saúde Pública, literatura científica local sobre desjejum saudável. **METODOLOGIA:** Estudo dietético prático e descritivo, elaborado a partir da criação e adaptação de receitas tradicionais e alternativas, adequadas a um desjejum saudável. As preparações foram organizadas em dez categorias: “Pães”, “Biscoitos”, “Bolos”, “Preparações regionais”, “Cereais matinais”, “Bebidas frias”, “Bebidas quentes”, “Mingaus”, “Geléias e pastas doces”, “Patês e pastas salgadas”. Na execução das preparações foram adotados procedimentos de higiene e conduta pessoal e higiene dos alimentos. Equipamentos e utensílios foram utilizados para mensuração de pesos, medidas, tempo e temperatura durante a realização das preparações, as quais tiveram seus dados registrados em fichas técnicas de preparação e analisados no software Microsoft® Office Excel 2007. O valor nutritivo das preparações foi obtido com o auxílio do software nutrisurvey2007.exe®. **RESULTADOS:** O material didático elaborado incluiu pesquisa sobre a importância do desjejum e 57 preparações, subdivididas nas seguintes categorias: Pães (06 preparações), Biscoitos (05 preparações), Bolos (05 preparações), Preparações regionais (05 preparações), Cereais matinais (02 preparações), Bebidas frias (11 preparações), Bebidas quentes (10 preparações), Mingaus (06 preparações), Geléias e pastas doces (05 preparações), Patês e pastas salgadas (05 preparações). **CONCLUSÃO:** O material didático desenvolvido será utilizado como: ferramenta no programa de nutrição em saúde da UFPA, nas disciplinas afins e está disponível ao público acadêmico local. A maioria das preparações saudáveis executadas foi de fácil preparo, não exigiram equipamentos ou utensílios sofisticados, incluíram alimentos funcionais facilmente encontrados no mercado local e são boas fontes de carboidratos complexos, proteínas, lipídeos de boa qualidade, fibras, vitaminas e minerais.

## ELABORAÇÃO E ANÁLISE SENSORIAL DE BOLO DIETÉTICO SEM GORDURA DE ADIÇÃO

CAVALCANTE, LFP.<sup>1</sup>; MACHADO, ATS. <sup>1</sup>; ROCHA, NP. <sup>1</sup>; PADILHA, LL. <sup>1</sup>; SANTOS, S de JL. <sup>1</sup>; CANTANHEDE, RCA. <sup>1</sup>; FRANÇA, AKT da C.<sup>2</sup>

1. Acadêmica de nutrição da Universidade Federal do Maranhão  
2. Professora Assistente da Universidade Federal do Maranhão  
Universidade Federal do Maranhão- UFMA, São Luís-MA - Brasil  
Apresentador: Lilian Fernanda Pereira Cavalcante

**OBJETIVO:** Avaliar sensorialmente a aceitação de bolo dietético desenvolvido por acadêmicas do Curso de Nutrição. **METODOLOGIA:** A preparação foi desenvolvida no Laboratório de Técnica Dietética da Universidade Federal do Maranhão sem acréscimo de gordura, constando apenas da gordura encontrada no ovo. Foram entrevistados trinta pacientes de uma Unidade Básica de Saúde em São Luís - MA, sendo quinze saudáveis e quinze com patologias que necessitam restringir a gordura devido à diferença no paladar entre indivíduos saudáveis e pacientes em plano alimentar com restrição de gordura. Os provadores avaliaram as amostras quanto à aparência, aroma, consistência e sabor em sala individualizada, utilizando-se escala hedônica estruturada em nove pontos (1= desgostei muitíssimo; 2= desgostei muito ;3= desgostei moderadamente; 4= desgostei ligeiramente; 5=nem gostei/ nem desgostei ; 6= gostei ligeiramente ;7= gostei moderadamente; 8= gostei muito; 9= gostei muitíssimo), onde os resultados foram obtidos pela média das notas seguido do desvio padrão. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** O resultado final do experimento quando submetido à análise sensorial obteve no atributo aparência média de  $8,5 \pm 0,5$ . Em relação ao aroma obteve-se média de  $8,4 \pm 0,7$ . No que diz respeito à consistência verificou-se média de  $8,2 \pm 1,0$ . Quanto ao sabor, apresentou média de  $8,3 \pm 1,0$ . Tais médias são definidas na escala hedônica como “gostei muito” correspondendo à nota oito conferindo ao produto boa aceitação. Apesar da baixa quantidade de gordura, componente que confere sabor e maciez às preparações, o produto foi bem aceito pelos julgadores. **CONCLUSÃO:** Através dos resultados obtidos pode-se concluir que o bolo dietético desenvolvido foi sensorialmente aceito contribuindo com a idéia de que o manejo de pacientes com dietas restritivas deve ser alvo da elaboração de preparações alternativas primando por ofertar aos mesmos, opções saudáveis, de boa apreciação, baixo custo e fácil execução como forma de incentivo na conduta terapêutica. Diante disto, preparações alimentares que visem à adequação na ingestão de gorduras são importantes, de modo que não provoquem modificações drásticas no hábito alimentar de quem as consome.

## ENTRE MISTURAS E SABORES: UM TOQUE PARAENSE À GASTRONOMIA ITALIANA

MORAIS, B.H. dos S.<sup>1</sup>; CARDOSO, K.G.M<sup>1</sup>; TUMA, R.B.<sup>2</sup>.

<sup>1</sup> Aluno do Curso de Nutrição da Universidade Federal do Pará;

<sup>2</sup> Professora da Faculdade de Nutrição da Universidade Federal do Pará.

Universidade Federal do Pará.

Autor que irá apresentar o trabalho: Rahilda Brito Tuma

**Objetivo:** Identificar e analisar os pratos tipicamente italianos que sofreram alterações quando entraram em contato com a cultura paraense e que hoje são servidos nos restaurantes italianos na cidade de Belém-PA. **Metodologia:** Pesquisa exploratória constante de visita

aos restaurantes, anotação dos cardápios, seleção de receitas culinárias que apresentavam as seguintes características: -Condições de ser executada diante da sazonalidade dos ingredientes; -Elevado índice de consumo nos restaurantes; -Presença de ingredientes tipicamente paraenses. A execução dos pratos foi realizada em um restaurante italiano da capital, com estrutura ideal para atender as necessidades da pesquisa (cozinha industrial, equipamentos, utensílios e profissionais treinados para a confecção dos mesmos). A análise do valor energético e nutricional das preparações foi feita através de software Virtual Nutri (PHILIPPI, SZARFARC, LATERZA, 1996). Os itens utilizados nas fichas técnicas foram: foto da preparação (em porção individual); peso e medida dos ingredientes; valor energético e composição de macronutrientes; descrição das técnicas de preparo; tempo e grau de dificuldade do preparo. **Resultados:** Em Belém-PA, existem mais de 31 estabelecimentos com produção de alimentos tipicamente italianos, dos quais 40% trabalham com pratos reelaborados a partir de ingredientes da culinária paraense. Das 487 preparações encontradas nos cardápios, dos 12 restaurantes visitados, 8 foram selecionadas pelos critérios descritos na metodologia e foram categorizadas em: - **Entradas:** *Bruschetta* do Pará e *Pizza* de pato, jambu e tucupi; - **Pratos principais:** Risoto de camarão no leite de castanha-do-Pará; Lasanha de frango com goma de tapioca; Filé de truta grelhada com mussarela de búfala e tomate seco; Atum ao molho de tucupi e jambu. - **Sobremesas:** *Piccola Giulia* com recheio de doce de cupuaçu e sorvete de creme e *Panna cotta* na polpa de açaí. A partir destas receitas foram elaboradas tabelas com os valores nutricionais e feita a comparação com as tradicionais italianas. Foi observado que 62,5% das receitas tradicionais - 5 pratos - apresentaram valores de calorias, proteínas e lipídeos maiores que as preparações hibridizadas. O teor de carboidratos se mostrou equivalente nas preparações tradicionais e nas hibridizadas. **Conclusão:** Atualmente em Belém-Pará existe um hibridismo em relação à gastronomia italiana, pois apesar dos pratos não fugirem de suas origens são acrescidos de elementos típicos da culinária paraense que dão um toque exótico, criativo e altamente sofisticado.

## ESTRATÉGIAS EDUCATIVAS PARA IMPLEMENTAÇÃO DA GASTRONOMIA SAUDÁVEL PARA CRIANÇAS EM CRECHES E ESCOLAS

TUMA, R.B.; ONO, Y; DA SILVA, E.B.; MAIA, Y.

Universidade Federal do Pará, Belém – Brasil.

Autor que irá apresentar o trabalho: Yuko Ono.

**OBJETIVOS:** A oficina de gastronomia saudável para crianças realizada no Centro Educacional “A Hora do Saber” em parceria com professores e alunos da Faculdade de Nutrição (FANUT)/UFPA, em Belém-PA, teve como objetivos: Favorecer a socialização, a criatividade e a descoberta dos alimentos; Oferecer um espaço agradável onde a criança se sinta à vontade para criar e recriar receitas com tranquilidade; Desenvolver noções de higiene, hábitos e atitudes positivas durante as refeições; Proporcionar a estimulação dos sentidos e a descoberta de sabores e texturas. **METODOLOGIA:** Atividades preliminares: Contato com a direção e os professores do Centro; Reconhecimento da área física destinada à realização da oficina; Seleção das receitas culinárias a serem confeccionadas pelas crianças; Confeção de folder sobre alimentação saudável; objetivos e roteiro da oficina; Organização de todo material necessário à aula prática. Aula prática, a ser realizada, no refeitório do Centro incluirá:

Distribuição das receitas em grupos; Leitura e interpretação das receitas; Distribuição das tarefas aos membros do grupo; Orientações quanto aos cuidados de higiene; Orientações quanto a situações de risco na elaboração das receitas; Organização dos utensílios culinários e dos ingredientes; Preparo de pratos simples; Degustação.

**RESULTADOS:** Foi confeccionado um folder sobre alimentação saudável. Participaram da oficina 43 crianças e adolescentes na faixa etária de 7 a 10 anos de idade. Foram executadas as seguintes receitas: suco de abacaxi com hortelã, pasta de queijo com cenoura, biscoito de aveia com passas e pão integral. Os participantes apresentaram comportamento positivo (participação, criatividade, concentração e integração) durante todas as atividades e boa aceitabilidade em relação às preparações. **CONCLUSÃO:** A utilização de estratégias educativas na área de gastronomia é viável no ambiente escolar desde que a atividade assuma caráter de complementação de ensino, abrangendo temas relacionados a diversas áreas do conhecimento como classificação dos alimentos; reconhecimento das características e propriedades nutritivas dos alimentos; noções de matemática (medida, peso, tamanho e volume, temperatura); noções de organização (separação prévia dos utensílios e ingredientes), de espaço, de tempo, de higiene e de segurança.

#### EXTRAÇÃO DE PECTINA DA CASCA DA LARANJA PARA O PREPARO DE GELÉIA.

Padilha Queiroz, T. Kleinschmitt Gomes, F., Sanches R.  
SERVIÇO SOCIAL DA INDÚSTRIA DE MATO GROSSO - SESI MT /  
UNIVERSIDADE DE CUIABÁ – UNIC.  
CUIABÁ - BRASIL  
APRESENTADOR: TATIANE PADILHA QUEIROZ

As partes normalmente não utilizadas de frutas e hortaliças são, geralmente, desprezadas e podem ser utilizados como fontes alternativas de nutrientes. O aproveitamento de todas as partes dos alimentos proporciona o uso de recursos alimentícios disponíveis, contribuindo para que diminua o desperdício de alimentos. O presente trabalho tem como objetivo demonstrar o processo de preparo de geléia utilizando a pectina extraída entrecasca (abedo) da laranja. Para a elaboração da geléia foram utilizados os seguintes ingredientes: laranja pêra, açúcar e jabuticaba; adquiridos em supermercados da região. A extração da pectina a partir do abedo da laranja seguiu as seguintes etapas: os frutos selecionados foram devidamente higienizados, retirou-se a casca da laranja e também a polpa da fruta com o bagaço. Seguiu-se o preparo deixando o abedo de molho em recipiente com tampa sob refrigeração por três dias, trocando a água todos os dias para retirar o sabor amargo. Após este procedimento triturou-se a casca no liquidificador, até que ficasse em forma semelhante à farinha, após este procedimento foi levada para fervura junto à água quente por 20 minutos. Terminada a fervura, através da peneira separou-se o líquido da parte sólida. O líquido retirado foi destinado à preparação da geléia, podendo ser usado junto aos sucos de qualquer outra fruta, ou com o suco da própria laranja. Terminado o processo de extração da pectina, foi acrescentado o suco da laranja e de jabuticaba, sendo estes levados ao fogo para fervura por 20 minutos, até que se atingisse o ponto de geléia. Observou-se que a preparação obteve o seu ponto de geléia rapidamente, demandando pouco tempo de fervura. Concluiu-se que a pectina extraída da casca da laranja pode ser utilizada para o preparo de geléias, independente do sabor,

tornando a preparação mais rápida e de consistência adequada. A utilização de partes dos alimentos que costumam ser descartado pode nos levar a conhecer novas preparações e também a melhora daquelas que já conhecemos. Sendo assim, percebe-se a necessidade da continuidade de estudos voltados para o aproveitamento integral de nossos alimentos, para que assim possamos aproveitar melhor os nutrientes disponíveis em partes que geralmente seriam descartadas.

#### FLUXOGRAMA DE HIGIENIZAÇÃO DE SALADAS CRUAS NÃO FOLHOSAS EM UMA UAN DA CIDADE DE BELÉM, PARÁ

VIDAL, G.<sup>1</sup>; BALTAZAR, L.<sup>1</sup>; COSTA, L.<sup>2</sup>; MENDONÇA, X.<sup>2</sup>.

<sup>1</sup> Discentes do Curso de Graduação em Nutrição da Universidade Federal do Pará.

<sup>2</sup> Docentes da Faculdade de Nutrição, Universidade Federal do Pará. Belém, Pará, Brasil.

**Autor apresentador:** Lorena Régia Sarmento Baltazar

**OBJETIVO:** Durante as etapas de pré-preparo e de preparo dos alimentos devem ser tomados alguns cuidados a fim de garantir a sua correta higienização. Com relação aos manipuladores todos devem higienizar as mãos antes de iniciar as etapas de pré-preparo, processamento e a cada mudança de tarefa. O objetivo do presente estudo foi avaliar se um dos Restaurantes Populares da cidade de Belém – PA possuía dentre os seus Procedimentos Operacionais Padronizados (POP's) o fluxograma de higienização de pré-preparo e preparo das saladas cruas não folhosas. **METODOLOGIA:** Realizou-se o acompanhamento e registro das etapas de pré-preparo e preparo de saladas cruas não folhosas do Restaurante Popular durante o período de Maio à Junho de 2010. Segundo Arruda (2002) o fluxograma de higienização de saladas cruas não folhosas deve seguir as seguintes etapas: (1) Lavagem em água corrente; (2) Desinfecção com cloro; (3) Enxágüe; (4) Descascar/cortar; (5) Montagem; (6) Espera para a distribuição; (7) Distribuição; (8) Retorno. Em seguida comparou-se o fluxograma executado na UAN com o recomendado. **RESULTADOS:** Observou-se que todas as saladas cruas não folhosas preparadas passavam pelas etapas: (1) Lavagem em água corrente, (4) Descascar/cortar, (5) Montagem, (6) Espera para a distribuição, (7) Distribuição e (8) Retorno. Já as etapas não realizadas eram: (2) Desinfecção e (3) Enxágüe. Para a desinfecção recomenda-se o uso de agentes clorados com a concentração entre 100 e 200 ppm, tempo de permanência mínima de 10 minutos e de água potável a fim de garantir a eficácia do processo (SILVA JUNIOR, 1995). Já a etapa de enxágüe visa retirar o excesso de agente sanitizante da superfície dos alimentos utilizando água corrente. Observou-se que na etapa de descascar/cortar e montagem os manipuladores não utilizavam qualquer proteção tanto para o manipulador quanto para o alimento. Na etapa de espera para a distribuição recomenda-se proteger as saladas com tampas ou filme plástico em toda a superfície e mantê-las sob temperatura de segurança de no máximo 8°C por 12h, o que não foi observado na UAN, visto que as saladas eram armazenadas sob temperatura ambiente em carrinho cuba sem tampa. Na etapa de distribuição a multiplicação microbiana também deve ser controlada (4h sob no máximo 10°C) a fim de manter o controle do tempo/temperatura. Constatou-se que durante essa etapa as saladas eram mantidas em tempo/temperatura acima do recomendado. **CONCLUSÃO:** Desta forma, conclui-se que na UAN avaliada o fluxograma de higienização de pré-preparo e

preparo das saladas cruas não folhosas encontrava-se parcialmente implantado, uma vez que, as etapas de desinfecção e enxágüe não eram realizadas, etapas estas fundamentais na minimização dos riscos microbiológicos.

## GASTRONOMIA COMO ESTRATÉGIA DE EDUCAÇÃO NUTRICIONAL: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Oliveira, T.C.<sup>1</sup>; Melo R.E.<sup>2</sup>; Ng, L.D.<sup>3</sup>; Golçalves, F.<sup>4</sup>  
Instituição: OSCIP Projeto Quixote  
São Paulo – SP, Brasil

O Projeto Nutrição e Saúde do Projeto Quixote, teve como **objetivo** a melhoria do estado nutricional e a promoção da saúde de crianças, adolescentes e suas famílias atendidas pela instituição. O Projeto Quixote é uma OSCIP ligada à Unifesp, que atua desde 1996 coma a missão de transformar a história de crianças, jovens e famílias em situações de risco e vulnerabilidade social, através do atendimento clínico, pedagógico e social integrados. **Metodologia:** O Projeto Nutrição e Saúde da instituição, foi realizado no período de julho de 2009 à agosto de 2010. Teve como premissas, utilizar-se do espaço cozinha como ambiente pedagógico prestigiado para a educação nutricional e utilizar-se de técnicas gastronômicas para modificação do padrão de lanches servidos pela instituição. Foram realizadas oficinas de culinária com crianças, adolescentes e suas famílias para chamar atenção sobre a importância de uma alimentação saudável e saborosa, ao mesmo tempo em que se introduzia um novo padrão de lanches servidos pela instituição. A satisfação em relação às mudanças do padrão de lanche servido foi avaliada através de questionário auto-aplicável contendo 5 variáveis (gosto muito; gosto; não gosto nem desgosto; desgosto; desgosto muito). **Resultados:** Antes do início do Projeto Nutrição e Saúde, o lanche servido na instituição, composto de alimentos industrializados como refrigerantes e embutidos, tinha em média 350 calorias (sendo 9% derivadas de proteínas, 34% derivadas de gordura e 57% derivadas de carboidratos), ao final do projeto, o lanche servido alcançou em média 270 calorias (10,9% derivada de proteínas, 23% derivadas de gordura e 62% derivadas de carboidratos). Houve um aumento expressivo do aporte de fibras e uma diminuição da oferta de gorduras no cardápio devido à exclusão de alimentos industrializados do cardápio e a introdução de legumes e verduras, proteínas magras e pães integrais. Os dados referentes à pesquisa de satisfação foram manipulados com auxílio do *Software SPSS 15.0 for Windows*. Responderam à pesquisa 95 indivíduos. Destes, 41,1% relataram gostar muito do lanche servido, 42,1% disseram gostar, 13,7% acharam a mudança indiferente e apenas 3,2% referiram desgostar da mudança. **Conclusão:** A gastronomia enquanto estratégia de mudança de padrões alimentares e seu uso como instrumento de educação nutricional é viável e pode trazer resultados mais favoráveis que a orientação nutricional fora da cozinha. Na cozinha emergem as verdadeiras relações que os indivíduos estabelecem com a comida sendo possível aos profissionais de saúde aconselhar novas formas de alimentação adequadas à realidade da população. Através de novos sabores, aromas e práticas alimentares, possibilita-se novas subjetividades para profissionais de saúde e atendidos, enriquecendo fortemente as relações.

1. Nutricionista/Chefe de Cozinha 2. Médico Pediatra 3. Cozinheira  
4. Educador

Agrademos à Fundação Baxter Internacional por ter proporcionado a realização deste projeto.

## IDENTIFICAÇÃO DO ÍNDICE DE RESTO-INGESTÃO DO RESTAURANTE POPULAR NO MUNICÍPIO DE VÁRZEA GRANDE – MT

MOREIRA, M.S  
UNIC - Universidade de Cuiabá – MATO GROSSO/BRASIL  
Faculdade de Nutrição  
AUTOR QUE IRÁ APRESENTAR: MARCELLY SILVA MOREIRA  
Palavras Chaves: Unidade de Alimentação e Nutrição. Desperdício. Resto-ingestão.

**OBJETIVO:** O estudo teve como objetivo conhecer o índice de resto-ingestão do Restaurante Popular no Município de Várzea Grande-MT.

**MATERIAIS E MÉTODOS:** Trata-se de uma pesquisa descritiva, utilizando métodos quantitativos. A coleta de dados foi realizada no período de 20 a 31 de Julho de 2009, durante a distribuição do almoço. O restaurante serve diariamente 800 refeições, de segunda a sexta-feira das 11h00min as 14h00min. Realizou-se a pesagem de todas as preparações prontas, descontando-se os valores dos recipientes previamente mensurados. Os valores obtidos foram somados, resultando na quantificação dos alimentos distribuídos. Desse total, diminuiu-se o peso das sobras, no bufê, mensurado após a distribuição das refeições, para obtenção do total de alimentos consumidos durante o almoço. Os restos foram coletados diretamente da área de devolução de bandejas, sendo todos os materiais não comestíveis descartados. O índice foi expresso em média absoluta e relativa  $\pm$  D.P.

**RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Após análise dos resultados obtidos, constatou-se que a média do resto-ingesta foi de  $21,43 \pm 1,29$  kg, (5,74%) o que de, de acordo com a literatura, está relacionado a uma boa aceitação dos cardápios, em se tratando de coletividades sadias. O per capita médio oferecido foi de  $472 \text{ g} \pm 17$  onde o per capita de resto-ingestão foi de  $26,79 \text{ g} \pm 1,61$ . O número de pessoas que poderiam ser alimentadas com a média de resto-ingestão foi em média de 46 pessoas. Na pesquisa de aceitabilidade do cardápio, podemos observar que grande parte da amostra marcaram a opção bom 68,39%, 20,63% regular e 10,59% ruim. Neste estudo constatou-se que existe, na UAN um baixo índice de resto-ingestão 5,74%. Segundo VAZ (2006) índices menores que 10% está relacionado a uma boa aceitação dos cardápios, em se tratando de coletividades sadias. Considerando que a média foi de 5,74% dos alimentos servidos aos comensais, o desempenho efetivo do serviço pode ser classificado, segundo Mezomo (2002) e Castro *et al.*, (2003), como de boa qualidade, pois está abaixo dos 10% citados pelos autores. Entretanto, Gambardella; Oliveira; Marucci (2008) consideram inaceitável que qualquer instituição estabeleça como padrão aceitável taxa de 10% para resto, onde acredita-se que a taxa atualmente encontrada como referencial teórico possa ser reduzida.

**CONCLUSÃO:** Conclui-se que o apresentado pela unidade estudada vem ao encontro do previsto nas normas operacionais de uma UAN, e que a média de resto-ingesta dos comensais está adequada de acordo com os dados da literatura que estabelecem taxas inferiores a 10% ou menos que 45 g. Mesmo o índice da unidade demonstrar uma média dentro dos limites aceitáveis, acredita-se que esse índice possa ser reduzido, através de campanhas, conscientização dos comensais e treinamento quanto ao porcionamento para os colaboradores. Recomenda-se que trabalhos como esse sejam realizados em UAN's, servindo como indicador para avaliação do consumo, satisfação perante o público e desperdício alimentar.

## IMPACTO DE AÇÕES EDUCATIVAS NA GERAÇÃO DE RESÍDUOS SÓLIDOS EM UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO.

AZEVEDO, J.; SILVA, G.; BEZERRA, I.; ROLIM, P.  
Universidade Federal do Rio Grande do Norte  
Natal-RN-Brasil  
Autor para apresentação do trabalho: ROLIM, P.

O interesse em estudar resíduos sólidos tem se mostrado crescente, visto que a quantidade de resíduos gerada no mundo é grande e seu mau gerenciamento, além de provocar gastos financeiros, pode provocar graves danos ao meio ambiente e comprometer a saúde e o bem-estar da população. O presente trabalho buscou avaliar a geração de resíduos sólidos em uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN), localizada na cidade de Natal/RN, antes e após a realização de ações educativas junto a colaboradores e consumidores da mesma. Foi um estudo transversal, quantitativo e descritivo, que quantificou e caracterizou os resíduos sólidos da UAN e avaliou o percentual de resto-ingestão (RI) no período duas semanas (semana 01 e semana 02) não consecutivas. Após avaliação dos dados coletados na semana 01 foi desenvolvido uma semana de campanha educativa através de cartazes, panfletos e oficinas de técnica dietética que ressaltavam a importância do não desperdício de alimentos, a fome e a preservação do meio ambiente. Após esta proposta de sensibilização os dados foram reavaliados, sendo realizada uma nova coleta de dados – semana 02. De acordo com os dados coletados foram produzidos 109,75 Kg de resíduos sólidos, sendo 72,7 % orgânicos e 27,3 % inorgânicos na semana 01 e 94,9 Kg de resíduos sólidos, sendo 58,6 % orgânicos e 41,4 % inorgânicos na semana 02. A comparação dos resultados das duas semanas mostrou que após a campanha educativa houve uma redução de 13,5% no total de resíduos sólidos produzidos na UAN. Apesar dos resíduos provenientes da produção das refeições contribuírem em menor quantidade para a geração de resíduos sólidos na UAN, eles foram o que mais sofreram redução (21,5%) em consequência das ações educativas. A média do percentual de RI da semana 01 e 02 foi 7,34% e 6,54%, respectivamente. Portanto, após a campanha, também houve redução dos índices de RI que diminuiu 10,9 % entre as médias das duas semanas. Apesar do índice de RI estar dentro da faixa aceitável citada na literatura, a quantidade de alimentos desprezados e o gasto com matéria-prima pela UAN gera um gasto desnecessário à Unidade e pode causar danos ao meio ambiente. Portanto, é sempre válido investir em trabalhos de educação com o objetivo de reduzir a produção de resíduos sólidos. Assim, foi concluído que a campanha educativa conseguiu sensibilizar e influenciar os comensais quanto ao desperdício de alimentos, entretanto, para consolidar uma mudança de comportamento é necessário que a gestão da UAN continue investindo em ações de combate ao desperdício e melhor aproveitamento dos alimentos.

**Palavras-chave:** resíduos sólidos; desperdício; ações educativas e meio ambiente.

## IMPLEMENTAÇÃO DO SELO DE INSPEÇÃO MUNICIPAL DE UMA AGROINDÚSTRIA AGREGADA A UM SUPERMERCADO

Barbosa, C.S.L.; Pimenta, E.R.; Barbosa, F.K.  
Senac – São José do Rio Preto – São Paulo - Brasil  
Apresentadora: Conceição Sant Anna Lima Barbosa

O Brasil conta com Serviço de Inspeção de Produtos de origem

animal em três esferas, Federal (SIF), Estadual (SIE) e Municipal (SIM) que tem como finalidade o registro e a inspeção dos estabelecimentos destinados à industrialização de produtos de origem animal. Este trabalho teve como **objetivo** evidenciar a importância da implementação do selo de inspeção municipal de Bauru (SIMB) de uma agroindústria agregada a um supermercado para fabricação de lingüiça suína e carne moída embalada, garantindo assim produtos com qualidade comprovada. **Metodologia:** O trabalho foi realizado na área interna de manipulação de carnes do supermercado. Para a realização do estudo foi necessário conhecer as etapas do fluxograma de produção, desde a escolha da matéria prima, pré-preparo, preparo, embalagem e distribuição do produto pronto. Também foi necessário conhecer a exigência do serviço de inspeção do município como a atuação da vigilância sanitária. Foram observados todos os requisitos básicos exigidos pela Secretaria Municipal da Agricultura e Abastecimento de Bauru (SAGRA). A empresa elaborou o Manual de Boas Práticas, os POP's (Procedimentos Operacionais Padronizados) e as fichas técnicas dos produtos. Foram feitos também análises microbiológicas e informações nutricionais dos produtos produzidos. **Resultados:** O estudo constatou que todos os passos para a certificação foram seguidos rigorosamente e que a presença do responsável técnico foi fundamental para execução dos trabalhos, para os controles de documentos e para a sensibilização dos gestores e funcionários para a fabricação de produtos seguros e com qualidade. A obtenção do selo foi concedida pela Prefeitura Municipal de Bauru, através da SAGRA, sendo que os produtos desenvolvidos estão sendo comercializados de acordo com a legislação para o mercado local. **Conclusões:** O selo de inspeção é imprescindível para a empresa, é um documento que comprova que a empresa trabalha de acordo com normas e procedimentos sendo um grande desafio no processo de melhoria constante, deixando o produto mais competitivo e diferenciado. Outro ponto relevante é a supervisão higiênico-sanitária favorecendo um ambiente de trabalho mais eficiente e satisfatório, otimizando todo o processo produtivo. Acreditamos que com o selo de inspeção municipal a empresa terá mais credibilidade em seus produtos, aumentando assim o seu mix de produtos.

## IMPORTÂNCIA DA ORGANIZAÇÃO DO SERVIÇO DE ALIMENTAÇÃO EM CLUBES DE FUTEBOL PROFISSIONAL

CARVALHO, B. ; ROLIM, P.; BEZERRA, I.  
Universidade Federal do Rio Grande do Norte  
Natal-RN-Brasil  
Autor para apresentação do trabalho: ROLIM, P.

O profissional nutricionista tem como função contribuir para a saúde dos indivíduos e da coletividade. De acordo com suas atribuições no âmbito da nutrição esportiva, uma alimentação adequada atua na melhora da performance e na recuperação de atletas. Pretendeu-se com este estudo evidenciar a importância da organização do serviço de alimentação nos clubes de futebol profissional, por meio de uma revisão de literatura abordando os seguintes temas: alimentação do atleta, necessidades nutricionais de atletas, aspectos inerentes ao futebol profissional, considerações sobre serviços de alimentação, refeições seguras para o atleta e papel do nutricionista no desempenho e saúde dos jogadores. As necessidades nutricionais dos atletas variam de acordo com fatores como a modalidade de esporte praticada, a fase de treinamento e competição e os objetivos da equipe técnica. Os jogadores de futebol são atletas

que treinam em intensidade moderada a alta, tendo necessidades energéticas diárias em torno de 3.150 a 4.300kcal. A rotina de um jogador de futebol consiste basicamente em treinamento, jogos, concentração e viagens. No serviço de alimentação de um clube de futebol, cabe ao nutricionista planejar cardápios de acordo com as necessidades dos atletas, promover programas de educação alimentar e nutricional, e estabelecer e implantar procedimentos operacionais padronizados e métodos de controle de qualidade de alimentos para garantir a inocuidade da refeição servida aos atletas. A partir deste estudo observou-se a importância de uma adequada alimentação para o desempenho de atletas, principalmente aqueles de alto nível. E considerando os percentuais baixos de clubes que possuem nutricionista e um serviço de alimentação coletiva implementado, faz-se necessária uma adequada organização do serviço de alimentação em clubes de futebol profissional. Palavras-chave: Alimentação Coletiva, Atletas, Necessidades Nutricionais, Cardápio.

### ÍNDICE DE SALINIDADE DE FEIJÕES EM RESTAURANTES COMERCIAIS DE BUFÊ POR PESO DO CENTRO DA CIDADE DE CHAPECÓ-SC

Universidade Comunitária da Região de Chapecó - Unochapecó Borjes, L.C.; Bellei, R.G.; Chuck, G.F.

Após a segunda guerra mundial, as pesquisas sobre o perfil epidemiológico das doenças começaram a estabelecer uma associação entre a alimentação e as doenças crônicas não degenerativas. Um dos grandes fatores de risco, para o desenvolvimento de enfermidades cardiovasculares e renais, é a hipertensão arterial. A literatura mundial é praticamente unânime em afirmar a correlação entre ingestão excessiva de sal (maior que 5 g diárias ou 2 g de sódio) e a elevação da pressão arterial. No Brasil, estima-se que a cada cinco grandes refeições, uma é realizada fora de casa, sendo que na alimentação dos brasileiros, o feijão é a principal fonte de proteína. O presente estudo teve por objetivo avaliar a salinidade dos feijões servidos em restaurantes comerciais de bufê por peso no centro da cidade de Chapecó – SC. Foram coletadas amostras diárias de 100 g de feijão por 5 dias consecutivos em 5 restaurantes. A aferição da salinidade foi efetuada com aparelho refratômetro da marca Unity código 5111 de escala entre 0 a 28% e resolução de 0,2%. Obtiveram-se também amostras controle analisadas através do método argentométrico, conforme metodologia oficial. As porções médias de feijão consumidas pelos comensais foram estimadas através de observação. Os resultados foram comparados com as recomendações de consumo de sal/sódio do Ministério da Saúde. Os resultados obtidos variaram de 54,9 a 71% de salinidade (1,098 a 1,420 g de sódio) em meia concha de feijão. Esses resultados estão muito acima dos níveis recomendados, pois uma refeição completa engloba outros tipos de alimentos que também possuem sódio como parte da sua composição química, além do acréscimo de sal para a melhora da palatabilidade. Campanhas de restrição do consumo de sal devem ser enfatizadas pelos órgãos oficiais, pois a hipertensão arterial se desenvolve principalmente nas populações que consomem altas quantidades de sódio. O refratômetro utilizado mostrou ser uma ferramenta útil, com precisão, de baixo custo e extremamente importante para o dia a dia do nutricionista em Unidades Produtoras de Refeições. Lúcia Chaise Borjes - lborjes@unochapeco.edu.br

### ÍNDICE DE SATISFAÇÃO DE PACIENTES ATENDIDOS POR UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO DE UM HOSPITAL NA CIDADE DE MANAUS, AMAZONAS.

ALMEIDA, N.<sup>1,2</sup>; JARDIM-LIMA, D.J.<sup>2</sup>; SOUZA, M.A.R.<sup>1</sup>

1. Gran Sapore / Gran Vidas; 2. Faculdade Metropolitana de Manaus. Manaus-Amazonas, Brasil.

Apresentador: Mayara Azevedo Rebello de Souza.

O objetivo do presente trabalho foi analisar a satisfação de pacientes atendidos por um serviço de Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) de um hospital na cidade de Manaus-AM. A amostra foi composta por 30 pacientes internados com diagnósticos de Hipertensão Arterial Sistêmica, Diabetes Melitos, Pneumopatias, Hepatopatias, Insuficiência Renal, entre outros. O estudo foi exploratório e descritivo com abordagem quantitativa. Foi elaborado um questionário para a coleta de dados contendo perguntas sobre: qualidade das refeições, temperatura dos alimentos, aparência dos alimentos, tempero, variedade do cardápio, variedade de serviço, atendimento, higiene/limpeza e avaliação geral do prestado na percepção dos pacientes, visto que estes responderam as questões com respostas que variaram de “ótimo”, “bom”, “regular”, “fraco”, “sem opinião” e “não sabe/não respondeu”. A maioria dos pacientes encontra-se satisfeito com a qualidade das refeições, sendo para 26,7% ótimo e 46,7% bom; a temperatura foi considerada por 13,3% ótima e 63,3% bom; 20% responderam ótimo e 70% bom para a aparência dos alimentos; o tempero foi 46,7% bom e 33,3% regular; a variedade do cardápio foi 26,7% ótimo e 46,7% bom; 73,3% responderam que a variedade de serviços está boa e 16,7% para ótima; o atendimento foi de 33,3% ótimo e 60% para bom; higiene e limpeza foi 46,7% ótimo e 46,7% bom. Em geral, a maioria dos pacientes avaliou como ótimo (16,7%) e bom (66,7%) os serviços prestados pela UAN em análise. Observa-se que a maioria dos pacientes está satisfeita com os serviços da Unidade de Alimentação e Nutrição Hospitalar, sendo estes de fundamental importância na avaliação e melhoria contínua do estado nutricional do paciente internado. Sabendo que a adaptação das dietas para as patologias compromete o estado nutricional do indivíduo, o serviço de nutrição hospitalar visa melhorar a aceitabilidade dos pacientes oferecendo alimentos com ótima qualidade, aparência e variedade de cardápio.

### INTERVENÇÃO NAS SITUAÇÕES DE TRABALHO EM UM SERVIÇO DE NUTRIÇÃO HOSPITALAR DE SÃO PAULO E REPERCUSSÕES NOS SINTOMAS OSTEOMUSCULARES\*

Isosaki M, Cardoso E, Glina DMR, Rocha LE  
Instituto do Coração do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo, São Paulo – SP, Brasil  
Nome do apresentador: Mitsue Isosaki

Os trabalhadores dos Serviços de Nutrição Hospitalar são submetidos às exigências físicas, cognitivas e psíquicas que levam à distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho. **Objetivo:** Implantar ações de melhorias nas situações de trabalho de um serviço de nutrição hospitalar e avaliar a percepção dos trabalhadores e as repercussões sobre os sintomas osteomusculares. **Metodologia:** Pesquisa desenvolvida em um hospital público especializado em cardiologia, localizado em São Paulo com 115 trabalhadores. A coleta de dados foi realizada por meio da aplicação de questionários e

análise ergonômica do trabalho. A análise ergonômica do trabalho foi efetuada de acordo com Guérin et al (2001). A partir dos resultados foram implantadas ações de intervenção baseadas na ergonomia participativa durante um ano. Após esta fase, 89 trabalhadores responderam novamente ao questionário, sendo incluídas perguntas sobre a percepção das modificações. A análise dos dados incluiu testes estatísticos para verificar se houve mudança da prevalência de sintomas antes e após as intervenções, com nível de significância de 5%, por meio dos Programas SPSS 13.0 e Excel 2003. **Resultados:** A população constituiu-se, em sua maioria, por mulheres, na faixa etária de 25 a 34 anos, com grau médio de escolaridade, casadas, com filhos, e ocupavam o cargo de atendente de nutrição. A maioria trabalhava de 5 a 10 anos no hospital e em jornada de trabalho de 40 horas semanais. Os principais problemas observados foram espaço físico reduzido, equipamentos e materiais de trabalho inadequados, absenteísmo e déficit de pessoal, volume excessivo de trabalho com elevado esforço mental, alta prevalência de sintomas osteomusculares, principalmente nos membros inferiores e ombros. Após as intervenções realizadas, houve melhoria na situação de trabalho com redução nos sintomas osteomusculares e os trabalhadores perceberam mudanças no ambiente físico, equipamentos, organização do trabalho e ginástica laboral. **Conclusão:** As intervenções repercutiram em melhorias, principalmente quanto ao ambiente e equipamentos, e na redução dos sintomas osteomusculares nos membros inferiores, ombros, pescoço/região cervical, antebraço e região lombar, apesar desta redução não ter sido estatisticamente significativa.

\* Baseado na tese de doutorado com financiamento FAPESP – N05/56541-3

Observação: a inscrição de Mitsue Isosaki foi realizada pela UNILEVER

#### MOUSSE DE CHOCOLATE: UMA ANÁLISE COMPARATIVA ENTRE DIFERENTES TÉCNICAS COM VISTAS À SEGURANÇA ALIMENTAR E ATRIBUTOS DE QUALIDADE SENSORIAL.

Zimmermann Schmitz F.

Kormann da Silva, M.

Nogueira Novaes Southgate A.

Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia de Santa Catarina – IFSC – Campus Florianópolis/Continente  
Florianópolis, SC – Brasil

Autor apresentador: Kormann da Silva, M.

Sobremesas são produções geralmente doces que são consumidas por diversas pessoas. Os tipos de produções que compõem o rol deste produto e as técnicas empregadas na sua elaboração são bastante diversificados. Sendo assim, esta pesquisa teve como objeto de estudo a *Mousse* de Chocolate que consiste em um preparo aerado de estrutura estabilizada e espumosa. **Objetivo:** identificar ingredientes, receita e técnica a ser utilizada na elaboração de *mousse* de chocolate com o intuito de privilegiar atributos de qualidade sensorial e de segurança alimentar. **Metodologia:** Para a realização dos testes foi utilizado o laboratório de confeitaria do Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia de Santa Catarina. Todos os insumos foram cedidos pela instituição citada. Foram desenvolvidas quatro formulações de *mousse* de chocolate que usaram os mesmos ingredientes que estão disponíveis no mercado: chocolate amargo com 50% de cacau, ovos, açúcar e creme de leite com 45% de gordura. Os

ingredientes que variaram conforme as formulações são os seguintes: gelatina em pó incolor e sem sabor, amido de milho, leite integral e água. O preparo das *mousses* iniciou-se e prosseguiu de forma variada, de acordo com a técnica aplicada a cada formulação, sendo que todos os preparos derreteram o chocolate, bateram o creme de leite, utilizaram o ovo cru ou que atingisse a temperatura de 75°C. Todas as formulações foram acondicionadas em recipientes plásticos de 50ml e submetidas à refrigeração de 5°C imediatamente após o preparo, mantiveram-se dessa forma por 24h, até o momento anterior ao teste. A análise sensorial foi realizada no Instituto Federal de Santa Catarina, tendo como degustadores 52 pessoas, entre elas professores, alunos e servidores da instituição, sendo 35 mulheres e 17 homens. Os valores obtidos na análise sensorial foram avaliados estatisticamente, utilizando o programa *Statistica*, pelo teste não paramétrico qui-quadrado de aderência. **Resultados:** As quatro formulações de *mousses* produzidas foram: *mousse* com creme inglês – Amostra A (código 862), *mousse pâte a bombe* – Amostra B (código 245), *mousse* creme de confeitiro – Amostra C (código 458), *mousse* tradicional – Amostra D (código 396). Após a aplicação do teste de aderência entre os dados observados e a preferência equivalente entre as quatro formulações verificou-se que houve diferenças significativas, através do qui-quadrado, para duas delas: uma altamente preferida (Amostra B, código 245) e outra praticamente rejeitada (Amostra C, código 458), as duas restantes não diferem do valor equivalente esperado. **Conclusões:** Os dados sensoriais deste trabalho permitem concluir que três das quatro formulações foram aceitas, sendo que o teste de aderência sugere uma preferência dos degustadores pela Amostra B (código 245) – *mousse pâte a bombe*. Essa formulação privilegia a segurança alimentar por permitir que o ovo atinja a temperatura de 75°C, bem como respeita os atributos de qualidade sensorial da *mousse* de chocolate.

**PALAVRAS-CHAVE:** *mousse* de chocolate; atributos de qualidade sensorial; segurança alimentar.

#### O USO DA OFICINA DE GASTRONOMIA COMO FERRAMENTA DE ENSINO COM CRIANÇAS DA EDUCAÇÃO INFANTIL

Martins, C.; Henn, R.; Sá, R.; Rosa, R.; Pedroso, C.; Galego, C.

Universidade do Sul de Santa Catarina – UNISUL, Palhoça/SC, Brasil  
Autor que apresentará o trabalho: Carla Adriano Martins

**INTRODUÇÃO:** A alimentação é um fator social originado desde a infância, e fase ideal da vida para o estímulo ao consumo de uma alimentação saudável. Sabendo disso, ações educativas em âmbito nutricional com crianças da Educação Infantil, por meio do uso da oficina de gastronomia como modalidade educativa, vem proporcionar uma abordagem das práticas alimentares de maneira prazerosa, fazendo uso do brincar – processo educacional mais completo da mente- e possibilitando projetos educacionais de cunho vivencial, ale de ir ao encontro das diretrizes da Política Nacional de Alimentação e Nutrição. **OBJETIVO:** Proporcionar, através da oficina de gastronomia, vivência prática de manipulação, elaboração e degustação de alimentos para crianças da Educação Infantil. **METODOLOGIA:** A pesquisa teve abordagem qualitativa, com desenvolvimento de pesquisa-ação e estudo de caso com crianças de um Centro de Educação Infantil (C.E.I.), onde se utilizou a observação e a coleta fotográfica para coleta de dados, seguido de análise reflexiva dos dados. Como ferramenta de ensino optou-se

pelo uso da oficina, com exposição oral do tema e realização de atividade prática. Para tal, os materiais utilizados foram: insumos alimentares; espaço físico da sala de aula; equipamentos de cozinha; e materiais de higiene. **RESULTADOS:** A oficina foi desenvolvida em maio de 2009, com 16 crianças de 5 a 6 anos de um C.E.I. Municipal de São José, SC. O desenvolvimento da mesma se deu através de vivências práticas de manipulação, elaboração e degustação de um determinado alimento/preparação, fazendo-se uso do lúdico para incentivar as práticas alimentares saudáveis. A preparação escolhida foi a mini-pizza, por ser de agrado da faixa etária em questão, porém, buscou-se a utilização de alimentos fonte de vitaminas e minerais na composição da mesma, em uma opção ovolactovegetariana do lanche, rica em hortaliças, fibras e ervas aromáticas. No primeiro momento, foi apresentada a proposta da oficina para as crianças, elas higienizaram as mãos e colocaram a touca para iniciar a produção. Instruções iam sendo dadas pela pesquisadora e seguidas pelas crianças, possibilitando a construção do alimento em conjunto pelo grupo. Como alguns alimentos ofertados para composição da pizza não eram habituais às mesmas, a estratégia utilizada para que elas montassem suas pizzas com todos os ingredientes ofertados foi conduzi-las à montagem de uma “carinha” na pizza, onde a massa era o rosto, o molho de tomate e o queijo mussarela fatiado eram a pele, a rodela de tomate seria a boca, a folha de manjerição seria o nariz, dois buquês de brócolis formariam os olhos, as sementes de linhaça seriam as ‘sardinhas’ e o orégano daria o toque final, ofertando seu perfume. A estratégia deu certo, com total aceitação dos insumos, e a parte lúdica sendo determinante no envolvimento das crianças com o conteúdo. Já na degustação, mesmo com as crianças ansiosas para consumir suas pizzas, o brócolis foi primeiramente rejeitado por parte delas, o que é relatado na literatura como algo usual na faixa etária em questão, porém, a maioria das crianças consumiram o vegetal e, ao verem que alguns colegas não estavam consumindo a “árvorezinha”, tentaram convencê-los de quão boa era sua ingestão. A elaboração do seu próprio alimento possibilitou autonomia, porém a realização da refeição em grupo proporcionou a troca de idéias, experiências e impressões, consolidando a vivência culinária possibilitada pela oficina como um espaço muito válido para a aquisição do conhecimento e socialização. **CONCLUSÕES:** Constatou-se que o uso da oficina de gastronomia como ferramenta de ensino para crianças da Educação Infantil teve resultados muito promissores e possibilitou a abordagem de aspectos cognitivos, psicossociais e motores dos envolvidos na prática educativa. Neste sentido, o incentivo à prática alimentares saudáveis através do uso da oficina de gastronomia deve ser incentivada por permitir a aplicação prática dos conteúdos, e por constituir-se em processo viável, pertinente e enriquecedor, todavia, por tratar-se de um estudo de caso, recomenda-se que mais pesquisas sejam realizadas sobre o tema.

#### PADRONIZAÇÃO DE PREPARAÇÕES INÉDITAS DE UMA UAN HOSPITALAR EM BELÉM - PA

CARVALHO, J.<sup>1</sup>; SALGADO, N.<sup>1</sup>; COSTA, L.<sup>1</sup>.

<sup>1</sup>Universidade Federal do Pará (UFPA) – Belém-Pa - Brasil  
Autor apresentador: Juliana Burlamaqui Carvalho

Objetivo: Implementar a padronização de preparações inéditas para as grandes refeições (almoço e jantar) de uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) de um hospital particular de Belém-Pa

através da Ficha Técnica de Preparo (FTP). Metodologia: Foram elaboradas fichas técnicas de preparações inéditas no cardápio de um hospital a fim de especificar quantidade, qualidade e combinação dos ingredientes; padronizar etapas, métodos de pré-preparo e preparo; e ajustar o volume e cálculo das porções. Os dados utilizados para elaboração da FTP foram: nome da preparação, gêneros alimentícios (quantidade total e porção), per capita, Indicador de Parte Comestível (IPC), Fator de Cocção (FC), número de comensais, modo e tempo de pré-preparo e preparo, rendimento, número de porções, porção, porcionamento por medidas caseiras e equipamentos utilizados. Resultados: Foram elaboradas FTP de 2 acompanhamentos, 4 guarnições, 28 pratos principais, 24 saladas, 1 sopa e 1 canja. Observou-se que por meio da implementação da FTP ocorreu redução da demanda excessiva de um equipamento, redução do tempo de pré-preparo e preparo, padronização do porcionamento diminuindo variações entre manipuladores e declínio da quantidade de sobras. Conclusão: Conclui-se que as FTP são ferramentas importantes no gerenciamento de UAN, auxiliando o manipulador a executar o cardápio de acordo com as exigências do nutricionista. Desta forma, se obtém maior qualidade das refeições e eficiência do serviço oferecido.

#### PERCEPÇÃO DA AUTO-IMAGEM CORPORAL COMO INFLUÊNCIA SOBRE A QUALIDADE DA ALIMENTAÇÃO.

MONTEIRO, M.R.P.; ARAÚJO, A.M.M.; BRAGA, C.F.; SILVA, R.R.  
Universidade Federal de Minas Gerais. Belo Horizonte, MG- Brasil.  
MONTEIRO, M.R.P.

**Objetivo.** O Objetivo do estudo foi verificar a associação entre a satisfação da imagem corporal e a qualidade da ingestão alimentar em praticantes de atividade física. **Metodologia.** Trata-se de um estudo transversal, realizado em 179 praticantes da modalidade esportiva Water Bike que foram convidados a participar da pesquisa por meio da assinatura do termo de consentimento Livre e Esclarecido quando atendidos pela equipe de nutrição na primeira consulta. O presente estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Minas Gerais. Os indivíduos foram submetidos a uma anamnese composta de informações relacionadas aos dados sócio-econômicos, prática de atividade física, percepção corporal, hábitos alimentares e recordatório alimentar de 24 horas. Para avaliação da percepção da imagem corporal foi utilizada a escala de silhuetas proposta por Stunkard et al, que representa um *continuum* desde a magreza (silhueta 1) até a obesidade (silhueta 9). Para avaliar o consumo alimentar foi aplicado o recordatório de 24 horas. Todos os alimentos ingeridos foram convertidos e contabilizados em porções. Estas foram categorizadas dentro das faixas de referência ideal de ingestão para cada um dos grupos alimentares da Pirâmide Alimentar Brasileira para Adultos. Para análise estatística foi utilizado o programa SPSS, e realizado o teste qui-quadrado para associações das variáveis categóricas sobre estado nutricional, imagem corporal e adequação do consumo alimentar segundo a Pirâmide alimentar. **Resultados.** Do total da população estudada 89% eram do sexo feminino, 61% estavam na faixa etária dos 18 aos 30 anos de idade, 84% eram estudantes do 3º grau ou pessoas que já haviam concluído curso superior e 56% apresentavam uma renda familiar de cinco ou mais salários mínimos. A frequência mais comum da prática de atividade física foi 3 vezes por semana, representando 42,46% das respostas. Os grupos alimentares pertencentes à Pirâmide Alimentar Brasileira para Adultos que apresentaram os menores valores de inadequação

foram os grupos das carnes, óleos e cereais com 30,72%, 34,64% e 46,37% de frequência, respectivamente. Já os grupos das leguminosas, frutas, leites e hortaliças foram os que apresentaram os maiores percentuais de inadequação, com 54,75%, 74,30%, 79,89% e 86,03%, respectivamente. Quanto ao formato de corpo mais desejado, a silhueta de escala 3 e 2 apresentaram os maiores percentuais de escolha, totalizando 72% dos indivíduos da pesquisa. Já as silhuetas mais apontadas como sendo as que mais se assemelhavam com o formato do próprio corpo, foram de escala 4 e 5, com 36,31% e 24,58%, de escolha respectivamente, representando 60,89% dos indivíduos. As associações de interesse foram feitas relacionando-se consumo alimentar com as escalas de silhuetas mais apontadas como desejada, com as que representavam a forma do corpo e com a faixa de satisfação ou insatisfação da imagem corporal, definida pela escala de Stunkard et.al. O indicador de insatisfação ou satisfação para a escala de silhuetas de Stunkard apresentou as mesmas tendências em relação aos percentuais de adequação e inadequação da ingestão dos grupos alimentares. O grupo dos satisfeitos obteve maior número de grupos adequados de acordo com a Pirâmide Alimentar Brasileira, além disso, apresentou maior percentual de adequação para o grupo das hortaliças, carnes, leguminosas, açúcares e óleos, entretanto, não houve diferença estatística entre os grupos. **Conclusão.** A partir da análise dos dados pôde-se concluir que não houve associação entre a satisfação da imagem corporal e a qualidade da ingestão alimentar em praticantes de atividade física da modalidade Water Bike.

Palavras-chaves: Imagem corporal, consumo alimentar, praticantes de atividade física

## PERFIL ANTROPOMÉTRICO E NUTRICIONAL DOS COLABORADORES DE UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO: ENFOQUE NA PROMOÇÃO DA SAÚDE

Lustosa, M; Neves, A; Mirancos, C; Souza, F; Belo, N  
Petrobras/Serviços Compartilhados/Regional Baía de Guanabara/  
CENPES/ Rio de Janeiro – RJ / Brasil.  
Marta Moeckel Amaral Lustosa  
martamal.HOPE@petrobras.com.br

Estudos anteriores demonstraram elevada prevalência de obesidade em colaboradores de Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN), cujo papel, como promotora da saúde do trabalhador já está bem estabelecido. Entretanto, a natureza do trabalho dentro da Unidade, caracterizada pelo tempo de produção limitado, com pouca flexibilidade, e o fato desses trabalhadores terem acesso direto ao alimento durante a sua jornada laboral são fatores que podem favorecer o ganho de peso e o comprometimento da qualidade de vida, além de interferir na produção e qualidade do serviço. Diante desse contexto, o presente trabalho objetivou traçar o perfil antropométrico e nutricional dos colaboradores de uma UAN, analisando a relação entre condições de trabalho e exposição aos alimentos com o ganho de peso desde a admissão, subsidiando futuras ações na promoção de saúde neste ambiente. A pesquisa foi realizada em uma Unidade de grande porte em um Centro de Pesquisas de uma empresa integrada de energia localizada na cidade do Rio de Janeiro no período de junho a julho de 2010. A UAN fornece em média 1800 refeições/dia, produzidas e fornecidas dentro de um padrão médio auto-serviço, na modalidade de distribuição cafeteria, atendendo empregados, contratados diretos e indiretos sem diferenciação. Fizeram parte do estudo 54 colaboradores (28

mulheres e 26 homens), com idade entre 25 e 65 anos, com média de tempo de serviço na UAN de 7 anos (com variação de 1 a 36 anos). Esta amostra representou 36,5% do total de colaboradores da Unidade e a seleção foi feita considerando a realização de no mínimo 2 exames periódicos desde a admissão para comparação dos dados bioquímicos dos exames complementares. A verificação das medidas antropométricas dos trabalhadores foi feita a partir das variáveis peso, estatura corporal e circunferência da cintura. A circunferência da cintura foi aferida pelo maior perímetro abdominal, entre a última costela e a crista ilíaca, conforme Diretrizes Brasileiras de Obesidade (ABESO, 2007). Para avaliação do estado nutricional foi utilizado o índice de massa corporal - IMC - peso/altura<sup>2</sup>, segundo parâmetros propostos pela Organização Mundial da Saúde (OMS), e o percentual de gordura corporal mensurado através do método de bioimpedância elétrica (aparelho Quantum II, RJL Systems). Concomitantemente, foi aplicado um questionário semi-estruturado com dados demográficos e socioeconômicos, peso na admissão, comorbidades atuais, prática de atividade física, utilização de medicamentos, entre outros. Para avaliação do consumo alimentar foi aplicado o inquérito recordatório de 24 horas. Do total avaliado, 20,4% (n = 11) apresentou obesidade (15% dos homens e 25% das mulheres) e 40,7% (n = 22) classificados como pré-obesos. Metade das mulheres (n = 14) e 7,7% (n = 2) dos homens apresentaram circunferência da cintura aumentada, o que determina maior risco de desenvolver complicações metabólicas relacionadas com a obesidade. O percentual de gordura foi classificado como muito alto (risco para obesidade) para 39% (n = 10) dos homens e 71% (n = 20) das mulheres. A hipertensão estava presente em 11% (n = 6) dos avaliados, mesmo valor encontrado para prevalência de diabetes tipo 2 e ao comparar o peso na admissão e o peso atual, foi verificado aumento de peso médio de 6,5 kg. As mulheres apresentaram maior ganho de peso, já que 57% (n = 16) delas apresentaram ganho de mais de 10% versus 46% (n = 12) dos homens. Os resultados demonstraram elevada prevalência de obesidade, ganho de peso excessivo após admissão e consumo alimentar aumentado. A avaliação dos mesmos dados, dos empregados do Centro de Pesquisas, realizada pelo serviço de saúde da companhia, encontrou resultados semelhantes, sugerindo que a oferta e disponibilidade de alimentos a toda a força de trabalho, nos mesmos moldes, propicia ganho de peso ao longo dos anos trabalhados. Portanto, a correta intervenção através de educação alimentar e nutricional e até mesmo de alterações no padrão de serviço mostra-se necessária e pode representar um importante reflexo na saúde dos trabalhadores, melhorando a qualidade de vida e proporcionando inclusive redução de riscos de acidentes no trabalho. Cabe destacar que o processo de mudança não é imediato e o profissional nutricionista tem fundamental importância na formação continuada, sendo peça principal na elaboração e oferta de cardápios que possibilitem escolhas mais adequadas e, conseqüentemente, na constituição de ambientes e contextos promotores de práticas saudáveis.

## PLANEJAMENTO E ELABORAÇÃO DO CURSO DE QUALIFICAÇÃO PROFISSIONAL EM COZINHA BRASILEIRA INSERIDO NO PROJETO ALIMENTANDO SABERES EM MACAÉ/RJ.

OLIVEIRA, M., RIBEIRO, B., COLARES, L., OLIVEIRA, L., WERNECK, L.  
Universidade Federal do Rio de Janeiro – Campus UFRJ Macaé/RJ - Brasil

Nome do autor que irá apresentar: Mariana Fernandes Brito de Oliveira.

O Projeto Alimentando Saberes em Macaé (PAS) concebido através da parceria entre o Curso de Graduação em Nutrição/Campus UFRJ-Macaé, a Secretaria de Trabalho e Renda e a Fundação Educacional de Macaé, visa implantar uma Cozinha Escola na qual cursos de qualificação profissional, workshops e oficinas de culinária em diversos temas serão oferecidos a comunidade macaense. Sendo o tema estreado o curso de qualificação em Cozinha Brasileira, destinado àqueles que já trabalham ou têm interesse na área de alimentação coletiva. Portanto, o objetivo deste curso de qualificação é a utilização de técnicas que promovam a participação, a iniciativa e a criatividade, favorecendo o exercício da reflexão crítica e estimulando a aprendizagem baseada na troca de saberes voluntária e continuada como mecanismos privilegiados de aumento da auto-estima e de combate à exclusão social. A estrutura do curso foi idealizada contemplando uma carga horária total de 44 horas, dividida em 11 encontros de 4 horas. Foi concebido um planejamento didático pedagógico dividido em duas etapas: teórica e prática, nas quais serão desenvolvidos conteúdos referentes à: Direitos e Deveres do profissional, Segurança no Trabalho, Contaminantes alimentares, Doenças transmitidas por alimentos, Boas Práticas de Manipulação, Alimentação Saudável e Cozinha Brasileira: Entradas e Petiscos, Sopas, Técnicas de Preparo: Frutos do Mar, Carnes, Aves e Sobremesas. Foi gerado material didático multimídia, que será apresentado aos alunos através do uso de data show, assim como apostilas ilustradas contendo todos os assuntos e receitas desenvolvidos durante o curso. Portanto, a qualificação profissional que se quer ofertar no PAS será uma formação mais globalizante, que não esteja atrelada ao “que fazer” mecânico, mas sim ao fazer, ao saber e ao querer fazer, numa sintonia de trabalhos que precisam fundamentalmente de segurança, delicadeza e dedicação daqueles que coordenam os processos de ensino-aprendizagem.

#### PRÁTICAS SUSTENTÁVEIS A PARTIR DE EXCEDENTES ORGÂNICOS GERADOS EM UMA UNIDADE PRODUTORA DE REFEIÇÕES (UPR)

Lustosa, M; Barroso, C; Varêda, T; Lima, A; Belo, N.  
Petrobras/Serviços Compartilhados/Regional Baía de Guanabara/  
CENPES/ Rio de Janeiro – RJ / Brasil.  
Marta Moeckel Amaral Lustosa  
martamal.HOPE@petrobras.com.br

Dentro dos princípios de sustentabilidade, o desperdício de alimentos é um fator de grande relevância no gerenciamento de uma unidade produtora de refeições (UPR). Nos processos de transformação de matérias-primas desenvolvidos diariamente nas UPRs, muitas vezes a geração de resíduos excede o necessário. Quando não é possível reduzir a produção e estes resíduos não recebem destinação adequada são gerados grandes impactos ambientais, fator agravante em um ecossistema que vivencia dificuldades como aquecimento global e destruição desordenada dos solos. Frente a essa situação, surge a alternativa da reciclagem, que não abrange somente produtos inorgânicos, mas também grande parte dos resíduos orgânicos, que podem ser aproveitados por meio de um processo biológico controlado de decomposição, conhecido como compostagem. Neste processo, microorganismos transformam matéria orgânica, como estrume, folhas e restos de alimentos, no chamado composto, um material de cor escura, rico em húmus, que contém de 50 a 70% de matéria orgânica, ou seja, adubo orgânico ou natural. O composto é um substrato de baixo custo e de elevada qualidade nutricional e biológica, enriquecendo o solo e beneficiando o produto final. O

presente trabalho objetivou avaliar a capacidade de produção de adubo orgânico utilizando como fonte primária os resíduos gerados por uma UPR de grande porte. A pesquisa foi realizada no serviço de alimentação da Unidade de Pesquisa e Desenvolvimento de uma empresa integrada de energia, na cidade do Rio de Janeiro. Os dados foram coletados em 2010, sendo as sobras do restaurante quantificadas no mês de abril e o número de mudas produzidas quantificadas no mês de julho, uma vez que o processo de compostagem nesta unidade tem duração de três meses. O peso das sobras geradas ao final da distribuição do almoço foi mensurado em uma balança digital Weighttech, modelo WT-1000, capacidade 300 kg. Após a pesagem, diariamente, essas sobras eram encaminhadas para o processo de compostagem, que acontece em um orquidário localizado dentro da Unidade de Pesquisa. Para a obtenção do adubo orgânico também foram adicionadas folhas secas e minhocas. Concluídas todas as etapas do processo de compostagem, o adubo produzido foi utilizado, como matéria prima para a confecção de mudas, por portadores de deficiências físicas e Síndrome de Down, participantes de um programa de inclusão social, de iniciativa da própria unidade, denominado Proind (Projeto de Inclusão da Pessoa Deficiente no Ambiente de Trabalho). As mudas, após montagem, são utilizadas no paisagismo local, transformando os jardins da Unidade em jardins auto-sustentáveis, ou seja, independentes do emprego de adubos industrializados. No mês de abril foram destinados ao orquidário 275 Kg de sobras de saladas, 247,6 Kg de sobras de frutas e 447,1 Kg de sobras de pó de café, perfazendo 969,7 Kg de sobras orgânicas. Em associação, no mês de julho, foram produzidas 5871 mudas de plantas medicinais e ornamentais, contendo aproximadamente 150g de adubo em cada uma, como Avenca (*Adiantum raddianum*), Camarão amarelo (*Pachystachys lútea*), Pentas (*Pentas lanceolata*), Azaléia (*Rhododendron simsii*), entre outras. Analisando estes dados, concluímos que o processo de compostagem se destaca como uma alternativa sustentável, sendo uma destinação inteligente para os excedentes orgânicos de produção, uma vez que gera um produto agrícola de qualidade que proporciona benefícios ambientais. É possível, também, inferir que o mesmo contribui poupando insumos e energia utilizados para a produção de adubos industriais, além de considerar o fato de que sem uma destinação correta para o excedente orgânico de produção, estes resíduos se tornariam foco de atração de vetores, agravariam o efeito estufa pela liberação do gás metano na atmosfera e contaminariam águas subterrâneas por meio do lançamento de chorume nos lençóis freáticos. À aplicação do adubo como um potente beneficiador do meio ambiente destaca-se também seus benefícios econômicos e sociais uma vez que auxiliam na obtenção de lucro, tanto na utilização quanto na venda do produto orgânico, gerando emprego e renda e, neste caso, na possibilidade de inclusão gerada pelo Proind.

#### PROPOSTA DE IMPLANTAÇÃO DA FERRAMENTA DA QUALIDADE 5W2H EM UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO DA CIDADE DE BELÉM, PARÁ

VIDAL, G.M.<sup>1</sup>; BALTAZAR, L.R.S.<sup>1</sup>; MOTA, Y.<sup>1</sup>; COSTA, L.F.<sup>2</sup>; MENDONÇA, X.M.F.D.<sup>2</sup>.

<sup>1</sup> Discentes do Curso de Graduação em Nutrição da Universidade Federal do Pará.

<sup>2</sup> Docentes da Faculdade de Nutrição, Universidade Federal do Pará. Belém, Pará, Brasil.

Autor apresentador: Glenda Marreira Vidal

**Objetivo:** Este estudo buscou propor a implantação da ferramenta da qualidade 5W2H a fim de facilitar a realização de melhorias na qualidade dos serviços prestados por uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) localizada na cidade de Belém, Pará. **Metodologia:** Utilizou-se um *check list* pautado na Resolução nº 216/2004 (ANVISA), contendo um total de 10 itens com 102 subitens, para avaliação das seguintes categorias: (1) Recebimento, (2) Remoção para armazenamento, (3) Armazenamento, (4) Pré-preparo de alimentos, (5) Preparo e cocção, (6) Tempo de espera para distribuição, (7) Distribuição, (8) Higienização de utensílios e equipamentos em geral, (9) Higienização das áreas e instalações, (10) Controles de amostra de preparações. A partir da avaliação obteve-se um diagnóstico atual da UAN em seguida foi proposta a implantação da ferramenta 5W2H, a qual tem como objetivo o mapeamento e padronização de processos, elaboração de planos de ação e o estabelecimento de indicadores. A ferramenta em questão é constituída de 7 palavras em inglês, sendo 5 delas iniciadas com W e 2 com H. São elas: 1) O QUE: (WHAT) Qual ação vai ser desenvolvida?; 2) POR QUE: (WHY) Por que foi definida esta solução (resultado esperado)?; 3) ONDE: (WHERE) Onde a ação será desenvolvida (abrangência)?; 4) QUEM: (WHO) Quem será o responsável pela sua implantação?; 5) QUANDO: (WHEN) Quando a ação será realizada?; 6) COMO: (HOW) Como a ação vai ser implementada (passos da ação)?; 7) QUANTO: (HOW MUCH) Quanto será gasto?. Além de ser de cunho basicamente gerencial e buscar o fácil entendimento através da distribuição de responsabilidades, métodos, prazos, objetivos e recursos associados. **Resultados:** Uma análise global do diagnóstico inicial da UAN apontou 70,6% (n=72) de inadequações à legislação vigente, sendo que as maiores não conformidades foram observadas nas seguintes categorias: (2) Remoção para armazenamento 100%(n=4), (6) Tempo de espera para distribuição 100% (n=5) e (10) Controles de amostra de preparações 100% (n=7). Uma vez detectado “O QUE” estava inadequado determinou-se as ações a serem desenvolvidas para efetivar as possíveis correções de acordo com o local “ONDE” deveria ser implementada a ação. A seguir, justificou-se o “POR QUE” da definição dessas soluções especificando os resultados esperados em cada uma delas. Sendo os responsáveis pela implantação das ações (QUEM) a gerência da UAN e seus colaboradores. Determinou-se também quais as ações corretivas a serem realizadas imediatamente, a curto e médio prazo (QUANDO) conforme os possíveis riscos no aspecto da segurança alimentar. Indicando “COMO” cada uma das ações seria implantada. **Conclusão:** Esta ferramenta da qualidade incorpora a vantagem de propiciar a definição objetiva, rápida e clara de todos os itens e subitens que compõem um plano de ação. **Com essa ferramenta, temos um diagnóstico da UAN e possível implementação das melhorias** colaborando para a qualidade dos serviços prestados.

#### QUALIDADE E ADEQUAÇÃO NUTRICIONAL DE CARDÁPIOS DE UNIDADES PRODUTORAS DE REFEIÇÕES CREDENCIADAS AO PAT

Autores: CARVALHO, A.C.M.; BÓSCOLO, A.C.Q.; RAMOS, K.; RESENDE, M.C.; CHAVES, P.K.

Instituição: Faculdade de Nutrição da Universidade Federal de Goiás/ FANUT-UFG, Goiânia, Goiás, Brasil

Autor responsável: Ana Clara Martins e Silva Carvalho

Este estudo avaliou qualidade e adequação dos macronutrientes, sódio e fibras do cardápio de duas UAN de Goiás e Minas Gerais, ambas credenciadas ao PAT. Na avaliação quantitativa foram acompanhadas todas as etapas do processo produtivo das preparações do almoço, e calculou-se a composição nutricional dos cardápios por meio de tabelas de composição de alimentos. Para a avaliação qualitativa foi utilizado o método AQPC. Nas duas UAN houve presença de doces e carnes gordurosas com frequência alta. No preparo de alimentos há pontos críticos para a qualidade nutricional das preparações como uso excessivo de óleo e sal. Os per capita de óleo e sal estão bem acima da recomendação diária, superando-a em apenas uma refeição. Essas características foram compatíveis com os valores de energia e macronutrientes superiores a recomendação do PAT. Houve pontos positivos como adequação do teor de fibras alimentares. Ressalta-se a importância de uma avaliação com associação de dados sobre consumo alimentar, estado nutricional e de saúde geral dos trabalhadores, para uma comparação mais criteriosa do cumprimento do objetivo do PAT. Cabe ao nutricionista por em prática a técnica dietética para criar novas estratégias para servir alimentos saborosos, que agregam valor nutricional e não prejudiquem a saúde, pelo contrário, que contribua para melhorá-la por meio da alimentação oferecida, que é o objetivo do PAT.

**PALAVRAS-CHAVE:** Programa de Alimentação do Trabalhador (PAT), Cardápio, Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN).

#### RESTO INGESTA COMO INSTRUMENTO DE AVALIAÇÃO DE REFEIÇÕES HOSPITALARES DE UMA UAN EM BELÉM - PA

SALGADO, N.1; CARVALHO, J.1; COSTA, L.1

<sup>1</sup>Universidade Federal do Pará (UFPA) – Belém – Pa - Brasil

Autor apresentador: Nayana de Almeida Salgado

**Objetivo:** Verificar a aceitação de novas preparações introduzidas no cardápio das dietas hospitalares através da realização do índice resto ingestão, a fim de evitar o desperdício intra-hospitalar de um Hospital particular de Belém-Pa. **Metodologia:** Foram avaliadas as sobras referentes a 3 dias durante o jantar, refeição em que estavam em vigor as novas preparações, ofertado para pacientes internados com prescrição dietoterápica de dieta livre ou branda (com ou sem adaptações). A pesagem dos utensílios (cubas, panelas e travessas), preparações e sobras foi realizada em balança digital Líder 1050. Após o recolhimento das bandejas, separou-se descartáveis e partes não comestíveis dos alimentos (casca, semente, talos), e posteriormente pesou-se os restos alimentares acondicionados em sacos plástico em balança Balmek do tipo plataforma (300kg). **Resultados:** A porcentagem de aceitação das refeições oferecidas no primeiro, segundo e terceiro dia foram respectivamente 77,73%, 85,63%, 74,82%, sendo dois dias (primeiro e terceiro) considerados de boa aceitação e um excelente (segundo). A porcentagem de sobras foi: 21,88%, 17,58% e 22,08%, respectivamente. Já a de restos foi: 22,27%, 14,37%, 25,18%, respectivamente. **Conclusão:** Observou-se a boa aceitação das novas preparações, possibilitando a inclusão das mesmas no planejamento de cardápio e verificou-se grande quantidade de sobras, o que torna necessário a revisão dos per capita fixados pela UAN.

### **ABEAÇO**

A Associação Brasileira de Embalagem de Aço foi criada em maio de 2003 com o objetivo de fortalecer a imagem das latas de aço, além de dar suporte técnico e mercadológico aos seus fabricantes. A entidade, sem fins lucrativos, investe e apóia iniciativas de gestão ambiental, sobretudo quando associadas a finalidades sociais, aproxima os interesses de toda a cadeia produtiva para desenvolver soluções e produtos no Brasil e no exterior. A instituição soma esforços para fomentar pesquisas, desenvolver campanhas de esclarecimento, participar de eventos e divulgar as características das embalagens de aço.

Hoje, a Associação reúne empresas do setor interagindo intensamente com empresas do varejo, fabricantes de embalagens, organizações ambientalistas, escolas, universidades, instituições e com o governo.

Acompanhe as novidades sobre as latas de aço: <http://twitter.com/latadeaco>

Preservar o planeta é possível, associe-se a nossa comunidade no Orkut: Abeaço

[www.abeaco.org.br](http://www.abeaco.org.br)

### **ABIC**

Associação Brasileira da Indústria de Café  
CAFÉ: COMO RECONHECER SUA QUALIDADE?  
PROGRAMA DE QUALIDADE DO CAFÉ – PQC

Vive-se hoje o cenário da busca incessante da Qualidade em todos os tipos de organização, seja de produtos, seja de serviços, como fator de sobrevivência e competitividade.

A ABIC, atenta as mudanças que estão acontecendo nestes tempos, entende que a grande alternativa, para solucionar os gargalos que inibem a concorrência com outras categorias de bebida, é continuar a ampliação do consumo através da oferta de produtos diversificados e de maior qualidade.

O Programa de Qualidade do café é um passo decisivo para reorientar o setor e, conseqüentemente, mudar a percepção do consumidor fazendo com que este abandone a crença de que os cafés são todos iguais.

[www.abic.com.br](http://www.abic.com.br)

### **Abima**

Associação Brasileira das Industrias de Massas Alimentícias  
[www.abima.com.br](http://www.abima.com.br)

### **Abiq**

Associação Brasileira das Industrias de Queijo  
Estarão participando do Mega Evento Nutrição 2010: Balkis, Bufalo, Schreiber, Tirolez, Polenghi e Yema.  
[www.abiq.com.br](http://www.abiq.com.br)

### **ASBRAN - ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NUTRIÇÃO**

Há 61 anos, a Associação Brasileira de Nutrição atua no fortalecimento da formação e especialização do nutricionista, incentivando a pesquisa e contribuindo com a divulgação desta Ciência no país. Este trabalho permanente resultou no crescimento dos cursos, na ampliação de novas práticas e no reconhecimento do profissional como elemento fundamental na rede de saúde pública. Com a visão no futuro, a ASBRAN acompanhou os novos tempos e se modernizou. Atualmente, mantém portal eletrônico na Internet, visitado mensalmente por mais de 18 mil pessoas; produz boletins informativos para a categoria; é referência na mídia quando o assunto é alimentação adequada e segurança alimentar e nutricional; realiza o processo de concessão do Título de Especialista em Nutrição e oferece uma série de benefícios aos associados. A ASBRAN conta ainda com a atuação de filiadas em várias regiões do Brasil e participa de fóruns nacionais e internacionais.  
[www.asbran.org.br](http://www.asbran.org.br)

### **Cardiomed**

A Cardiomed, empresa líder na comercialização de equipamentos para avaliação física, laboratórios de fisiologia do exercício, nutrição, etc.

O visitante que for a nosso Stand, além de poder contar com aquele atendimento que é marca registrada em nossos 30 anos de existência, contará também com as melhores marcas de equipamentos comercializados no Brasil e exterior, marcas como POLAR, TANITA, CESCORF, WCS, MICROLIFE, OMRON, WISO, BEURER, GARMIN etc. Esse ano de 2010 a Cardiomed já lançou diversos equipamentos com a marca WCS, que é nossa empresa/irmã, criada em 2003.

Os lançamentos desse ano são: linha de balanças de cozinha da TANITA e toda linha BEURER que engloba de monitores de frequência cardíaca a balanças.

[www.cardiomed.com.br](http://www.cardiomed.com.br)

### **Dietpro**

A linha Dietpro foi desenvolvida com o que há de mais moderno em Ciência da Nutrição e Tecnologia da Informação, sendo constituída pelos softwares: **Dietpro® 5.1i** - destinado ao atendimento clínico nutricional, contempla protocolos para a anamnese, avaliações antropométrica, bioquímica e alimentar, cálculos das necessidades energéticas e prescrição do plano alimentar; **Dietpro® Rotulagem 1.5** - auxilia a realização do cálculo das informações nutricionais com base nas normas estabelecidas pela ANVISA e conta com a geração de rótulos de alimentos; e o **Agendapro** - para controle e agendamento de consultas e tarefas, propicia maior organização quanto ao tempo despendido em cada atividade. Todos estes softwares contam com atualizações gratuitas (em uma mesma versão) de seus conteúdos, além de suporte técnico sem custos adicionais.

[www.dietpro.com.br](http://www.dietpro.com.br)

### **Dream Tours**

É uma empresa brasileira, voltada para o conceito de viajar para lugares especiais com um serviço diferenciado.

Hoje temos diversos roteiros. E, estamos preparados para atender às suas expectativas quanto ao estilo e qualidade de sua viagem. Definimos cada roteiro cuidadosamente para que nossos viajantes mergulhem na cultura local e percebam o verdadeiro espírito de cada região. Damos especial atenção à gastronomia do local apresentando os melhores restaurantes para sua viagem, Cultura, com diversos passeios e Hospedagem nos melhores e mais charmosos hotéis.

Em todos os lugares, consultamos uma rede de especialistas, como historiadores, enólogos, gastronômos, turismólogos etc. Eles nos ajudam a desenhar nosso roteiro pelos locais mais interessantes.

Temos viajantes de 0 a 80 anos. Solteiros, casais e famílias participam de nossas viagens. Nossos viajantes vêm de todas as partes do mundo, mas principalmente dos Estados Unidos, Espanha, França, Inglaterra e Brasil.

[www.dreamtours.com.br](http://www.dreamtours.com.br)

### **Ed. Abril**

J.Oliveira Zanelato Representações

### **Ed. Escala**

[www.escala.com.br](http://www.escala.com.br)

### **Ed. Três**

JR77 Representações LTDA.

### **Engefood**

[www.engefood.com.br](http://www.engefood.com.br)

### **Essem**

Essem Comércio e Industria de Alimentos

### **Gerarmed**

[www.gerarmed.com.br](http://www.gerarmed.com.br)

### GoodSoy

O prazer de comer bem e ainda cuidar da saúde é traduzido nos produtos Goodsoy, ricos em proteínas, fibras e isoflavonas, tais como: Soja em grãos, Farinha de Soja Torrada, Extrato de Soja, Proteína Texturizada de Soja, Farofa Temperada de Soja, Salgadinhos Light de Soja (6 sabores), Cookies Integrais de Soja (5 sabores) nas versões Tradicional, Light e Sem Glúten.

Para o Mega Evento Nutrição 2010, a GoodSoy visando deixar um legado saudável às próximas gerações, lança a sua linha infantil A Coleção Meu Lanchinho, com produtos Sem Glúten, de menos de 100 kcal. Uma opção saudável para qualquer criança e principalmente para as que possuem restrição ao glúten, à lactose e à caseína, e que buscam uma alimentação saudável, prazerosa e com baixo teor calórico. São eles: Pão de Mel com Cobertura de Chocolate de Soja, Sem glúten e Sem lactose, Cookie Integral de Soja Sem Glúten sabor Chocolate com Frutas Vermelhas, e os Snacks Light de Soja, sabores Pizza, Bacon e Requeijão nas versões salgados e doce, sabor Chocolate e 0% açúcar, todos enriquecidos com vitaminas A, C, Complexo B e Ácido Fólico. A solução gostosa e saudável, embaladas na porção ideal para o lanche na escola ou em qualquer hora e lugar. Dentre sua linha de produtos diferenciados e inovadores, a GoodSoy desenvolveu o Brownie com soja, sabor Chocolate, Sem Glúten e Sem Lactose. O produto, que acaba de ganhar o prêmio SILVER FI AWARDS 2010, como "Produto Alimentício Mais Inovador", mantém as características de um brownie tradicional, porém muito mais saudável, com teor reduzido de açúcares e gorduras, sem gorduras trans e baixíssimo teor de gorduras saturadas.

[www.goodsoy.com.br](http://www.goodsoy.com.br)

### Group SEB

Participam: Arno, Nutritivo & Delicioso, Viver Casa & Gourmet  
[www.groupseb.com](http://www.groupseb.com)

### Instituto Minha Escolha

[www.programaminhaescolha.com.br](http://www.programaminhaescolha.com.br)

### Jasmine

Empresa paranaense, com 20 anos de atuação no mercado brasileiro e no exterior.

Referência no segmento de alimentação saudável e funcional, oferece produtos alinhados à filosofia de promover saúde e qualidade de vida através de alimentos nutritivos, com sabor e qualidade diferenciados.

Hoje, a empresa tem em sua linha: alimentos naturais, integrais e orgânicos, com 120 itens.

26 itens são produtos orgânicos, certificados pelo Instituto Biodinâmico (IBD), de acordo com normas internacionais de controle e rastreabilidade, desde a produção no campo até o processamento e o empacotamento.

A Jasmine tem sede em Curitiba, filial em São Paulo e atuação nos 27 Estados brasileiros.

[www.jasminealimentos.com.br](http://www.jasminealimentos.com.br)

### JN

[jncomercial@terra.com.br](mailto:jncomercial@terra.com.br)

### Le Cordon Bleu

Founded in a long tradition of excellence, Le Cordon Bleu's reputation has endured by actively keeping our courses up to date and industry relevant by constantly adapting to the current and future needs of culinary, tourism and hospitality services.

Due to our expertise and innovation in the culinary arts, our graduates leave us with a diploma that is acknowledged worldwide – a passport for life that differentiates them from the crowd in a demanding and ever changing industry. Our philosophy, based on French *l'Art de Vivre*, the Art of Living Well, strives to maintain and support the long standing culinary excellence of Auguste Escoffier, the Father of French Cuisine, and Paul Bocuse, one of the finest chefs of the 20th

century. While the chefs of today are faced with the challenge of adapting to modern demands, Le Cordon Bleu continues to respect and maintain the traditions that have been the cornerstone of French gastronomy for over 500 years.

Through our international faculty comprised of over 80 distinguished Master Chefs, Le Cordon Bleu is dedicated to preserving and passing on the mastery and appreciation of the culinary arts to our students who come to us from over 70 different countries, worldwide. Our Master Chefs have all trained in the world's finest restaurants, hotels, and catering establishments; they enrich our curriculum with their own regional and professional culinary traditions. In addition to our culinary arts programs, Le Cordon Bleu has combined innovation and creativity with tradition to offer a range of entrepreneurial bachelor's degrees and master's programs. Academic programs range from degrees in International Hotel and Resort Management, Restaurant and Catering Management as well as degrees in Business Administration and Gastronomy. These changes have allowed us to develop, further modernize our institution and more adequately prepare our students for their future in the culinary arts.

[www.cordonbleu.edu](http://www.cordonbleu.edu)

### Midway

[www.midwaylabs.com.br](http://www.midwaylabs.com.br)

### Núcleo – Atualização Científica em Nutrição

Com 20 anos de existência, a Núcleo - Atualização Científica em Nutrição tem definido tendências nas diversas áreas da nutrição, saúde e alimentação, sempre trazendo para os profissionais do setor o que há de mais avançado e comprovado cientificamente.

Voltada especificamente para a atualização dos profissionais das áreas de nutrição, saúde e alimentação, tem realizado por ano mais de 50 Cursos e Congressos de alto nível em todo o país, nas áreas de Nutrição Clínica, Nutrição Hospitalar, Nutrição e Esportes, Nutrição e Pediatria, Nutrição Enteral e Parenteral, Food Service e Gastronomia. Em 2009 passaram pelos nossos eventos mais de 6 mil profissionais do setor.

[www.nutricaoempauta.com.br](http://www.nutricaoempauta.com.br)

### Nutrição em Pauta - A Revista dos Melhores Profissionais da Nutrição

A revista bimestral Nutrição em Pauta, com 17 anos de existência e mais de 20 mil assinantes, é o melhor canal de comunicação direto com os profissionais do setor de nutrição, saúde e alimentação de todo o país e tem participado ativamente da formação e atualização destes profissionais através da:

- Divulgação de artigos científicos nas áreas de Nutrição Clínica, Nutrição Hospitalar, Nutrição e Esportes, Nutrição e Pediatria, Nutrição Enteral e Parenteral, Food Service, Gastronomia, Alimentos Funcionais, Saúde Pública e Nutrição e Ecologia
- Apoio e Divulgação dos Cursos e Congressos Realizados pela Núcleo - Atualização Científica em Nutrição
- Divulgação dos principais eventos do setor em todo o país
- Criação de um fórum de debates e discussões através da sua matéria de capa, trazendo a cada edição o depoimento de renomados especialistas sobre importantes temas do setor.

A revista Nutrição em Pauta é uma revista científica, indexada na Base de Dados PERI da ESALQ/USP, o que demonstra a sua seriedade e confiabilidade.

Fazem parte da comissão científica da revista renomados especialistas da FMUSP/SP, FCF-USP/SP, EEFÉ-USP/SP, FSP/USP/SP, UNIFESP/SP, FMUNESP/SP, FCF-UNESP/SP, UFRJ/RJ, UVA/RJ, UFOP/MG, UFV/MG, UnB/DF, UFG/GO, UFSC/SC, UFRGS/RS, UNISINOS/RS Cambridge/UK, Maryland/USA e LCB/PARIS.

[www.nutricaoempauta.com.br](http://www.nutricaoempauta.com.br)

### Nutrição em Pauta - O Site do Profissional de Nutrição

O site da Nutrição em Pauta contém os resumos dos artigos e matérias de capa publicados desde 1998, os eventos mais importantes da

área, entrevistas atualizadas sobre relevantes assuntos do setor com renomados pesquisadores, notícias científicas diárias selecionadas de fontes internacionais e nacionais altamente confiáveis e artigos na íntegra a partir de 2005 exclusivamente para os assinantes da revista.

[www.nutricaoempauta.com.br](http://www.nutricaoempauta.com.br)

#### **TV Nutrição em Pauta - A Nova Forma de Ensino em Nutrição**

O site da TV Nutrição foi criado em março de 2008 com o objetivo de possibilitar aos profissionais e estudantes de Nutrição uma visão mais clara dos principais pesquisadores e especialistas do setor e seus conhecimentos específicos.

A TV Nutrição em Pauta vem inovando a maneira de atualizar os profissionais e estudantes de nutrição, apresentando entrevistas e mini-cursos de uma forma agradável e dinâmica, com forte embasamento científico, garantindo a confiabilidade e credibilidade das informações transmitidas.

[www.tvnutricao.com.br](http://www.tvnutricao.com.br)

#### **Nutrição em Foco**

[www.nutricaoemfoco.com](http://www.nutricaoemfoco.com)

#### **Nutrihand**

Nutrihand fornece tecnologia para gestão de saúde pela internet e telefones celulares. Avaliação, análise, prescrição e monitoração para nutrição, atividades físicas e dados médicos. A ferramenta mais usada nos Estados Unidos, agora no Brasil.

Crie cardápios e rotinas de exercícios em minutos. Analise receitas, menus e imprima rótulos. Banco de dados atualizado diariamente, usando todas as tabelas, incluindo, restaurantes, receitas, pratos típicos e marcas populares de alimentos.

A única ferramenta que permite a conexão entre clientes e profissionais de saúde. Clientes entram dados e profissionais geram relatórios. Faça sua consulta mais eficiente e produtiva, gerando uma maior satisfação para seus clientes.

Universidades e estudantes podem usar a ferramenta gratuitamente.

[www.nutrihand.com.br](http://www.nutrihand.com.br)

#### **Nutrition Society**

The Nutrition Society was established in 1941 'to advance the scientific study of nutrition and its application to the maintenance of human and animal health'.

Highly regarded by the scientific community, the Society is the largest learned society for nutrition in Europe. Membership is worldwide but most members live in Europe.

Membership is open to those with a genuine interest in the science of human or animal nutrition.

[www.nutritionssociety.org](http://www.nutritionssociety.org)

#### **Ovos Brasil**

O INSTITUTO OVOS BRASIL - entidade sem fins lucrativos - classificada como OSCIP - Organização da Sociedade Civil de Interesse Público – ONG (em fase de registro), foi criado com a missão de expandir os conhecimentos sobre ovo como fonte nutricional e seus benefícios especiais para a saúde. A entidade tem como um dos principais objetivos promover o produto "ovo" como um alimento saudável, de alto valor nutricional e seguro para consumidores de todas as idades e classes sociais. Fundado em 2007, o INSTITUTO OVOS BRASIL tem sua atuação em todo território nacional. O Dia Mundial do Ovo é comemorado todos os anos na segunda sexta-feira do mês de outubro. O site da instituição reúne informações de qualidade e de credibilidade para o público em geral e profissionais de diversas áreas

[www.ovosbrasil.com.br](http://www.ovosbrasil.com.br)

#### **Palmito Pupunha São Cassiano**

Há mais de 10 anos no mercado a São Cassiano produz e comercializa Palmito Pupunha para os grandes restaurantes do Brasil. A fazenda,

localizada em Jaú, recria com irrigação em grande volume as condições de origem da região amazônica fazendo com que o palmito tenha uma qualidade superior. Nossos palmitos são sempre frescos e extra macio e tem 100% de aproveitamento. Todos os produtos da São Cassiano são totalmente naturais, sem nenhum conservante ou aditivo químico o que mantém o gosto original, seja In Natura ou Congelado. O Palmito é cultivado atendendo as normas ecológicas do CATI (Coordenadoria de Assistência Técnica Integral do Governo do Estado de São Paulo), buscando sempre se diferenciar, sendo inovador nos seus cortes e em seus produtos, também é referência por ser o primeiro congelado do mercado. São essas características que fazem da nossa Pupunha o 1º Palmito Gourmet do Brasil.

[www.palmitopupunha.com](http://www.palmitopupunha.com)

#### **Sadia**

[www.sadia.com.br](http://www.sadia.com.br)

#### **Sanavita**

[www.sanavita.com.br](http://www.sanavita.com.br)

#### **Unilever**

A visão da Unilever é trabalhar para criar um futuro melhor todos os dias, ajudando as pessoas a se sentirem bem, bonitas e a aproveitarem mais a vida. A empresa também promove a adoção de pequenas atitudes diárias que, somadas, podem fazer uma grande diferença para o mundo. No Mega Evento Nutrição 2010, a Unilever traz a ciência por trás de suas marcas AdeS, Becel e Hellmann's. AdeS informa os diferenciais de cada linha AdeS, Becel apresenta os cremes vegetais e também a linha Becel Pro-Activ (creme vegetal, iogurtes e bebida láctea) enriquecida com fitoesteróis, que auxiliam na redução da absorção do colesterol, e Hellmann's traz a desmistificação da maionese, apresentando a composição e esclarecendo as principais dúvidas que permeiam o produto.

[www.unilever.com.br](http://www.unilever.com.br)

#### **Sanavita**

A Sanavita é uma indústria especializada e focada em ciência dos alimentos e que está há mais de 25 anos no mercado desenvolvendo produtos saudáveis e funcionais e graças à excelente qualidade de seus produtos e à sua origem científica, conquistou a fidelidade dos profissionais de saúde e dos consumidores de todo o país. Sua vasta linha de produtos com matérias-primas selecionadas, com aprovação científica e composição única, inclui alimentos que auxiliam o ganho ou a perda de peso, complementos alimentares para a melhor idade, nutricosméticos a base de colágeno, bebidas antioxidantes, alimentos à base de fibras, soja, linhaça, bioativos entre outros.

[www.sanavita.com.br](http://www.sanavita.com.br)

#### **Varela**

[www.varela.com.br](http://www.varela.com.br)

#### **Virtual Nutri Plus**

O Virtual Nutri Plus (VNPlus) é um programa de Nutrição em novo formato e versão atualizada do primeiro software nutricional do Brasil, desenvolvido pela nutricionista Profa Dra Sonia Tucunduva Philippi. Contém mais de 2900 itens alimentares entre naturais (270), preparações (490) e industrializados (2150) e mais de 3250 variações de alimentos com suas medidas usuais. As recomendações nutricionais de macro e micronutrientes estão baseadas nas DRIs. Com o VNPlus você pode planejar e avaliar dietas, além de acompanhar a evolução do consumo alimentar e do estado nutricional de seus pacientes. O VNPlus também possibilita o cadastramento de novos alimentos e preparações culinárias e é ideal para a formação de banco de dados em pesquisas sobre consumo alimentar pois permite a sua transferência para softwares de análise estatística. Entre no site e confira: [www.webnutriplus.com.br](http://www.webnutriplus.com.br).

## ORGANIZAÇÃO



### Núcleo – Atualização Científica em Nutrição

Com 20 anos de existência, a Núcleo - Atualização Científica em Nutrição tem definido tendências nas diversas áreas da nutrição, saúde e alimentação, sempre trazendo para os profissionais do setor o que há de mais avançado e comprovado cientificamente.

Voltada especificamente para a atualização dos profissionais das áreas de nutrição, saúde e alimentação, tem realizado por ano mais de 50 Cursos e Congressos de alto nível em todo o país, nas áreas de Nutrição Clínica, Nutrição Hospitalar, Nutrição e Esportes, Nutrição e Pediatria, Nutrição Enteral e Parenteral, Food Service e Gastronomia. Em 2008 passaram pelos nossos eventos mais de 6 mil profissionais do setor.

## DIVULGAÇÃO

### Nutrição em Pauta - A Revista do Profissional da Nutrição



A revista bimestral Nutrição em Pauta, com 17 anos de existência e mais de 20 mil assinantes, é o melhor canal de comunicação direto com os profissionais do setor de nutrição, saúde e alimentação de todo o país e tem participado ativamente da formação e atualização destes profissionais através da:

- 1 Divulgação de artigos científicos nas áreas de Nutrição Clínica, Nutrição Hospitalar, Nutrição e Esportes, Nutrição e Pediatria, Nutrição Enteral e Parenteral, Food Service, Gastronomia, Alimentos Funcionais, Saúde Pública e Nutrição e Ecologia
- 2 Apoio e Divulgação dos Cursos e Congressos Realizados pela Núcleo - Atualização Científica em Nutrição
- 3 Divulgação dos principais eventos do setor em todo o país
- 4 Criação de um fórum de debates e discussões através da sua matéria de capa, trazendo a cada edição o depoimento de renomados especialistas sobre importantes temas do setor.

A revista Nutrição em Pauta é uma revista científica, indexada na Base de Dados PERI da ESALQ/USP, o que demonstra a sua seriedade e confiabilidade.

Fazem parte da comissão científica da revista renomados especialistas da FMUSP/SP, FCF-USP/SP, EEFÉ-USP/SP, FSP/USP/SP, UNIFESP/SP, FMUNESP/SP, FCF-UNESP/SP, UFRJ/RJ, UVA/RJ, UFOP/MG, UFV/MG, UnB/DF, UFG/GO, UFSC/SC, UFRGS/RS, UNISINOS/RS Cambridge/UK, Maryland/USA e LCB/PARIS.

### Nutrição em Pauta - O Site do Profissional de Nutrição

O site da Nutrição em Pauta ([www.nutricaoempauta.com.br](http://www.nutricaoempauta.com.br)) contém os resumos dos artigos e matérias de capa publicados desde 1998, os eventos mais importantes da área, entrevistas atualizadas sobre relevantes assuntos do setor com renomados pesquisadores, notícias científicas diárias selecionadas de fontes internacionais e nacionais altamente confiáveis e artigos na íntegra a partir de 2005 exclusivamente para os assinantes da revista.



### TV Nutrição em Pauta - A Nova Forma de Ensino em Nutrição

O site [www.tvnutricao.com.br](http://www.tvnutricao.com.br) foi criado em março de 2008 com o objetivo de possibilitar aos profissionais e estudantes de Nutrição uma visão

mais clara dos principais pesquisadores e especialistas do setor e seus conhecimentos específicos.

A TV Nutrição em Pauta vem inovando a maneira de atualizar os profissionais e estudantes de nutrição, apresentando entrevistas e mini-cursos de uma forma agradável e dinâmica, com forte embasamento científico, garantindo a confiabilidade e credibilidade das informações transmitidas.

### Informações:

**Núcleo/Nutrição em Pauta**

Tel 11 5041-9321 – Fax 11 5041-9097

email [eventos@nutricaoempauta.com.br](mailto:eventos@nutricaoempauta.com.br)

website [www.nutricaoempauta.com.br](http://www.nutricaoempauta.com.br)



AVALIAÇÃO • ANÁLISE • PRESCRIÇÃO • MONITORAÇÃO

# Nutrihand Pro

NUTRIÇÃO • ATIVIDADES FÍSICAS • DADOS VITAIS

A ferramenta mais usada nos Estados Unidos agora no Brasil!

- Crie cardápios e rotinas de exercícios em minutos
- Analise receitas, menus e imprima
- Relatórios de nutrição, atividades e dados vitais
- Banco de dados com todas as tabelas
- Atualização de dados em tempo-real
- Portal Personalizado para seus clientes
- Portal para desordem alimentar
- Conecte diretamente com seu cliente

<http://www.nutrihand.com.br>

(11) 3717-5383

(21) 3521-7267

**Venha nos visitar no Mega Evento e  
concorra a um iPod nano POR DIA!**

**Nutrihand**   
SAÚDE PERSONALIZADA

Filie - se à ASBRAN.  
Você só tem a ganhar!

A Associação Brasileira de Nutrição conta com uma rede de filiadas em várias regiões do país que garante vários benefícios diretos:

- Desconto em produtos e serviços.
- Brindes exclusivos e acesso a cortesias.
- Recebimento da revista técnica RASBRAN.
- Participação no processo de concessão do Título de Especialista.
- Acesso a informação especializada.
- Atualização e capacitação técnico-científica.
- Acesso ao serviço de orientação profissional.
- Acesso à biblioteca da Entidade.
- Possibilidade de locação de auditórios.

Acesse o site e confira a associação estadual mais próxima da região onde você atua!

[www.asbran.org.br](http://www.asbran.org.br)

**Patrocine o portal da ASBRAN**

Apoiar o trabalho da ASBRAN pode ser um bom negócio para sua empresa. O Portal eletrônico da associação, visitado mensalmente por mais de 20 mil pessoas, abre espaços para patrocinadores seja por meio de veiculação de banners, enquetes ou uso de e-mkt. Faça contato: tel. (11) 3257-0277 ou e-mail [secretaria@asbran.org.br](mailto:secretaria@asbran.org.br)

banners

enquete

e-mkt



**Desde a sua fundação, em 1973,  
a ABIC se preocupa com a qualidade do seu café.**

**Certificações ABIC:**  
Garantia de qualidade, conformidade,  
rastreabilidade e segurança alimentar

2007



**Cafés Sustentáveis do Brasil**

Programa que oferece garantias aos consumidores de qualidade e sustentabilidade do café da fazenda à xícara.



**Círculo do Café de Qualidade**

Diferencia e qualifica os estabelecimentos que trabalham com café de qualidade, dissemina conhecimentos e promove atividades de capacitação e treinamento como ferramentas de apoio técnico e educativo.



**Café na Merenda**

Promove alimentação saudável junto aos jovens e os benefícios do consumo moderado e diário de café para a atividade intelectual, o aprendizado escolar e a prevenção de doenças.

2005



**Nível Mínimo de Qualidade**

Oferece um conjunto de especificações e procedimentos para assegurar a aquisição de um café de melhor qualidade em licitações.



**Programa Exportador de Cafés Industrializados**

Em conjunto com a Apex-Brasil e o Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento este programa apóia a indústria brasileira na exportação de café industrializado.

2004



**Programa de Qualidade do Café**

Único programa no mundo que assegura a qualidade do café e diferencia os produtos nas categorias Tradicional, Superior e Gourmet.

1989



**Selo de Pureza**

Certificação pioneira no Brasil que atesta a pureza do café torrado e moído oferecendo segurança alimentar e respeito ao consumidor.



**QualidadeCertificada**

# 7º FÓRUM nacional de nutrição

atualização  
científica  
em nutrição  
2011

## “Definindo os Rumos da Nutrição no Brasil”

07 e 08/abril - Rio de Janeiro  
14 e 15/abril - Curitiba  
14 e 15/abril - Belo Horizonte  
05 e 06/maio - Salvador  
05 e 06/maio - Recife  
12 e 13/maio - Fortaleza  
19 e 20/maio - Brasília  
19 e 20/maio - Campo Grande  
09 e 10/junho - Belém do Pará  
09 e 10/junho - Manaus  
25 e 26/agosto - Porto Alegre  
06 a 8/outubro - São Paulo

### Programação Científica:

#### Quinta

9h às 12h - Curso I Nutrição Esportiva  
13h às 16h - Curso II Nutrição Clínica  
16h30 às 19h30 - Curso III Food Service

#### Sexta

8h às 9h - Abertura  
9h às 11h45 Sessão de Nutrição Clínica/Hospitalar  
11h45 às 12h30 Sessão de Aspectos Alimentares,  
Culturais e Gastronomia  
14h às 16h Sessão de Nutrição Esportiva  
16h às 17h30 Sessão de Nutrição e Saúde Pública  
17h30 - 18h30 - Consenso Regional "Definindo os  
Rumos da Nutrição no Brasil" definido pela  
Comissão Científica e participantes do Fórum

**PALESTRANTES** Serão apresentadas palestras de renomados palestrantes nacionais e regionais em Nutrição Clínica, Nutrição Hospitalar, Nutrição Esportiva e Saúde Pública  
Veja a programação completa no site: [www.nutricaoempauta.com.br](http://www.nutricaoempauta.com.br)

**PÔSTERES** Os trabalhos científicos estarão sendo recebidos para avaliação até 30 dias do Fórum correspondente nas seguintes áreas: Nutrição Clínica/Hospitalar; Nutrição e Saúde Pública; Nutrição Esportiva; Food Service e Gastronomia. Todos os trabalhos aprovados terão os seus resumos publicados nos anais do fórum correspondente (em CD) e também no site [www.nutricaoempauta.com.br](http://www.nutricaoempauta.com.br)

**PARTICIPANTES** Profissionais e Estudantes das áreas de Nutrição Clínica, Nutrição Hospitalar, Nutrição Esportiva, Saúde Pública, Suplementos Nutricionais, Alimentos Funcionais, Alimentos Fortificados, Food Service e Gastronomia

**AGÊNCIA OFICIAL DE TURISMO** Dream Tours Brazil - [www.dreamtoursbrazil.com.br](http://www.dreamtoursbrazil.com.br) | [info@dreamtoursbrazil.com.br](mailto:info@dreamtoursbrazil.com.br) | Tel 11 5043-1642

**INFORMAÇÕES** [www.nutricaoempauta.com.br](http://www.nutricaoempauta.com.br) | [eventos@nutricaoempauta.com.br](mailto:eventos@nutricaoempauta.com.br) | Tel 11 5041 9321

divulgação

 **Nutrição** 2011  
A Revista das Melhores Profissionais de Nutrição

TV  **Nutrição** 2011

realização

 **Núcleo**  
ATUALIZAÇÃO CIENTÍFICA  
EM NUTRIÇÃO

 **núcleo** de  
estudos  
avanzados  
em nutrição

# mega Evento NUTRIÇÃO 2011

12º Congresso Internacional de Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida

12º Congresso Internacional de Gastronomia e Nutrição

7º Fórum Nacional de Nutrição

6º Simpósio Internacional da American Dietetic Association (USA)

4º Simpósio Internacional da Nutrition Society (United Kingdom)

4º Simpósio Internacional do Le Cordon Bleu (França)

2º Simpósio Internacional da Associação Espanhola de Nutricionista e Dietistas (Espanha)

1º Simpósio Internacional da Sociedade Italiana de Nutrição Humana (Itália)

3º Concurso Gastronomia Saudável

## 06 a 08/out/2011

Centro de Convenções e Eventos Frei Caneca | São Paulo - SP

### Palestrantes Internacionais

Renomados pesquisadores da American Dietetic Association, da Nutrition Society, do Le Cordon Bleu, Asociación Española de Dietista e Nutricionista e da Sociedade Italiana de Nutrição Humana estarão apresentando temas inovadores

### Exposição

Empresas importantes do setor estarão expondo seus produtos e serviços em uma área climatizada de mais de 2.200m<sup>2</sup>, apresentando lançamentos e novidades em Nutrição Clínica, Nutrição Hospitalar, Nutrição Esportiva, Nutrição Geral, Alimentos Funcionais, Food Service e Gastronomia.

### Temas Livres e Posters

Serão oferecidos quatro importantes prêmios para os melhores trabalhos científicos apresentados em Nutrição Clínica, Nutrição Esportiva, Nutrição e Saúde Pública e FoodService / Gastronomia.

### Concurso Gastronomia Saudável

Este concurso é uma grande oportunidade para que os jovens talentos da Gastronomia e da Nutrição, assim como para que os profissionais que já atuam no setor, possam mostrar suas habilidades e conhecimentos

Programe já a sua participação no maior e mais importante  
Congresso de Nutrição da América Latina

divulgação

 **Nutrição**  
A Revista dos Melhores Profissionais de Nutrição

TV  **Nutrição**

realização

 **Núcleo**  
ATUALIZAÇÃO CIENTÍFICA  
EM NUTRIÇÃO

 núcleo de  
estudos  
avancados  
em nutrição

# TV Nutrição<sup>®</sup> EM PAUTA

## A Nova Forma de Ensino em Nutrição



[www.tvnutricao.com.br](http://www.tvnutricao.com.br)

### Assine já!

## Nutrição<sup>®</sup> EM PAUTA

### A Revista dos Melhores Profissionais de Nutrição

Faça já sua assinatura e passe a usufruir dos seguintes benefícios:

- Atualização científica nas áreas de nutrição clínica, nutrição hospitalar, food service, nutrição e pediatria, nutrição esportiva, nutrição enteral/parenteral, gastronomia, nutrição e ecologia, saúde pública e alimentos funcionais
- Conhecimento prévio dos eventos e cursos mais importantes do setor
- Conhecimento dos principais lançamentos de produtos e serviços da área.
- Desconto de 20% em todos os eventos da Núcleo.
- mais de 1000 artigos e entrevistas disponíveis no site [www.nutricaoempauta.com.br](http://www.nutricaoempauta.com.br)
- Acesso aos artigos na íntegra a partir de jan/2005 em [www.nutricaoempauta.com.br](http://www.nutricaoempauta.com.br) (área de acesso exclusivo dos assinantes)

Deposite o valor correspondente no Banco do Bradesco Ag. 1787/6 c/c 10.099-4 ou Banco do Brasil Ag. 0722/6 c/c 20.082-4 nominal a Núcleo Consultoria e envie o comprovante de pagamento, junto a ficha de assinatura pelo fax (11) 5041 9097 ou para a Núcleo Consultoria - Av. Vereador José Diniz, 3651 cj 41 CEP 04603 004 São Paulo/SP tel (11) 5041 9321. O pagamento também pode ser feito através de envio de cheque nominal a Núcleo.

Agora também com pagamento através dos cartões de crédito VISA e Mastercard, em até 3 vezes sem juros, no site [www.nutricaoempauta.com.br](http://www.nutricaoempauta.com.br)

( ) 1 ano = 06 edições bimestrais - 3x R\$ 40,00

( ) 4 anos = 24 edições bimestrais - 3x R\$ 78,00

( ) 2 anos = 12 edições bimestrais - 3x R\$ 55,00

( ) CD Retrospectiva (2009 a 2008) - R\$ 50,00 cada ano | Ano(s) \_\_\_\_\_

**Importante!** Cada CD Retrospectiva contém às 6 edições bimestrais completas do ano correspondente com os artigos na íntegra. A aquisição dos Cds + a assinatura implica em um desconto de 50% do valor do CD. **Preços Válidos para 2010**

Nome \_\_\_\_\_

RG/CPF \_\_\_\_\_ CRN/CRM/Estudante \_\_\_\_\_

Endereço \_\_\_\_\_ CEP \_\_\_\_\_

Cidade \_\_\_\_\_ Estado \_\_\_\_\_ Email \_\_\_\_\_

Empresa/Faculdade \_\_\_\_\_ Cargo/Estudante \_\_\_\_\_

Telefone \_\_\_\_\_ Fax \_\_\_\_\_

Data \_\_\_\_\_ Assinatura \_\_\_\_\_



# QUEBRANDO MITOS

## BOMBA CALÓRICA?

**Não!** Maionese Hellmann's contém apenas 40 Kcal por colher de sopa (12g)!



Valor energético e perfil de gorduras da maionese industrializada e maionese Caseira.

12g (aproximadamente 1 colher de sopa)	Maionese Caseira*	Maionese Industrializada**
Valor Energético (kcal)	76	40
Gorduras Totais (g)	8,2	4,0
Gorduras Saturadas (g)	1,3	0,6
Gordura Trans (g)	0	0
Gorduras Insaturadas, sendo:		
Monoinsaturadas (g)	***	1,0
Polinsaturadas (g)	***	2,3
Ácido Linolênico (ômega-3)(g)	***	0,3
Colesterol (mg)	31	2,2

\*Fonte: USDA, 2005.  
\*\*Valores referentes à maionese Hellmann's Regular.  
\*\*\* Dados não disponíveis.

## MUITO COLESTEROL?

**Não!** Uma colher de maionese industrializada contém aproximadamente 98% menos colesterol que um ovo!

## CALORIAS VAZIAS?

**Não!** Maionese Hellmann's contém gorduras essenciais ômega 6 e 3!



## GORDURA TRANS?

**Não!** Maionese nunca teve gordura trans!

A maionese é uma emulsão que se forma através da simples mistura de seus ingredientes.

## MAIONESE E ALIMENTAÇÃO EQUILIBRADA?

**Sim!** Uma dieta equilibrada pode ter sabor e ser prática!



O selo Minha Escolha neste produto significa que os níveis de gordura saturada, gordura trans, sódio e açúcar estão de acordo com recomendações de nutrição.

Procure o selo nos seus produtos favoritos. Ele facilita escolhas mais saudáveis e contribui para sua saúde!

Acesse: [www.programaminhaescolha.com.br](http://www.programaminhaescolha.com.br)

\*Para dietas restritivas, consulte um nutricionista.