

RESULTADOS: Foram inquiridos 248 nutricionistas, 84,3% do sexo feminino. A maioria dos participantes (77,6%) concordam que a engenharia genética pode ser utilizada na produção de alimentos que trazem benefícios para a humanidade e (62,9%) que são uma ferramenta importante no combate à fome no mundo. No entanto, 59,8% concordam que o consumo de AGM pode implicar problemas para a saúde e 51,7% consideram que é provável que estes alimentos estejam associados a algum tipo de sintoma. A maioria (61,4%) discorda que as normas atuais são suficientes para proteger as pessoas de eventuais riscos para a saúde e 97,2% discordam que a população está devidamente informada sobre o consumo de alimentos transgênicos. Em relação a considerarem que os AGM são mais nutritivos do que os seus homólogos convencionais e que resultam numa alimentação mais saudável, 59,7% e 60,5% discordam, respectivamente. No que respeita a considerarem o consumo de AGM na prática equivalente ao consumo de alimentos não transgênicos, a maioria discorda (70,3%). Para todas as afirmações formuladas verificaram-se elevadas proporções de nutricionistas que nem concordavam, nem discordavam dos conteúdos.

CONCLUSÕES: Os resultados evidenciam que é necessário o debate e eventual formação dos nutricionistas em relação às interações AGM/saúde.

PO24. ESTADO NUTRICIONAL E CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS EM IDOSOS RESIDENTES NA COMUNIDADE

Ana Pereira¹; Alexandra Parente²; Augusta Mata¹

¹ Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico de Bragança

² Unidade Local de Saúde do Nordeste - Centro de Saúde Santa Maria de Bragança

INTRODUÇÃO: O estado nutricional dos indivíduos idosos é o fator chave para um envelhecimento saudável exigindo a implementação de ações multidisciplinares e transversais à dinâmica sociodemográfica.

OBJETIVOS: Avaliar o estado nutricional segundo as características sociodemográficas dos idosos inscritos no Centro de Saúde Santa Maria de Bragança.

METODOLOGIA: Estudo observacional, analítico, transversal. A amostra é composta por 385 idosos, com distribuição proporcional à representação por sexo e faixa etária da população. Para a colheita de dados utilizou-se um formulário com características sociodemográficas e o *Mini Nutritional Assessment* (MNA®).

RESULTADOS: Através do instrumento MNA®, classificam-se 3 (0,8%) idosos em estado desnutrido (uma mulher e dois homens) e 93 (24,16%) em risco de desnutrição (55 mulheres e 38 homens).

O estado nutricional do idoso está significativamente associado com o estado civil ($p<0,001$), as habilitações literárias ($p=0,002$), a coabitação ($p<0,001$) e a perceção de solidão ($p<0,001$). Aqueles que apresentam maiores probabilidades de estado nutricional normal são os idosos casados ou que vivem em união de facto (OR=2,925) e que possuem habilitações literárias (OR=2,287). O facto de o idoso viver sozinho (OR=4,777), coabitar com o cônjuge (OR=8,350) ou com familiares (OR=3,456), potencia significativamente a possibilidade de estado nutricional normal face aos idosos que vivam noutra situação.

CONCLUSÕES: Os resultados obtidos evidenciam a importância da avaliação do estado/risco nutricional dos idosos, na prevenção e controle da malnutrição. É necessário o delineamento de estratégias e a implementação de procedimentos que permitam o seu diagnóstico, promovendo-se a adoção de comportamento saudáveis, de forma a preservar a integração deste grupo na sociedade, sem descurar a identificação e rastreamento das alterações sociodemográficas.

PO25. AVALIAÇÃO DE ATITUDES E COMPORTAMENTOS ALIMENTARES EM ADOLESCENTES DE UMA COMUNIDADE ESCOLAR

Lurdes Pires¹; Adília Fernandes¹; Ana Pereira¹

¹ Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico de Bragança

INTRODUÇÃO: As atitudes e comportamentos alimentares são adquiridos e desenvolvidos ao longo da nossa existência influenciando o estado nutricional e a saúde.

OBJETIVOS: Avaliar atitudes e comportamentos alimentares (CA) em adolescentes de uma comunidade escolar.

METODOLOGIA: Estudo observacional, analítico e transversal. Foram avaliados 75 alunos aplicando-se um questionário que incluía a escala *Children's Eating Attitude Test* – Maloney et al. (1998), validada para a população Portuguesa por Teixeira et al. (2012). As alterações do CA foram divididas em 3 subescalas: aspetos relativos ao cumprimento da dieta; preocupação com a comida e bulimia e controlo da ingestão alimentar. Considerou-se o valor ≥ 20 , na pontuação total, como ponto de corte para alterações severas do CA; scores ≥ 10 <20 indicam alterações moderadas do CA e <10 CA normais.

RESULTADOS: Os adolescentes apresentam idade média de 16,4 anos $\pm 1,22$. A atividade física extracurricular é realizada por 58,7% dos inquiridos. A caracterização global da escala revela em todas as dimensões valores médios inferiores a 10. Constatou-se que as atitudes alimentares são estatisticamente idênticas entre rapazes e raparigas ($p=0,359$). Relativamente ao ano de escolaridade, observam-se diferenças estatisticamente significativas na dimensão controlo da ingestão alimentar, apresentando os alunos do 11.º ano os resultados mais elevados ($p=0,007$). Relativamente à prática de exercício físico concluiu-se que, as atitudes alimentares são idênticas entre os alunos que praticam exercício físico extracurricular e os alunos que não praticam ($p=0,948$).

CONCLUSÕES: Os resultados revelam valores médios baixos tanto ao nível da escala global como das respetivas subescalas o que traduz comportamentos alimentares normais. Independente da presença ou não de alterações do comportamento alimentar, é pertinente apostar em ações educativas, visando prevenir o seu aparecimento, contribuindo para a qualidade de vida dos adolescentes.

PO26. QUALIDADE DE VIDA ASSOCIADA À ALIMENTAÇÃO NA VELHICE: ESTRUTURAS DE FORNECIMENTO DE ALIMENTOS E REFEIÇÕES - QUE CONTRIBUÍMOS?

Anzhela Sorokina^{1,2}; Rui Poínhos^{1,2}; Cláudia Afonso^{1,2}; Luís Fonseca¹; Miguel Sousa¹; Ana Monteiro^{1,3}; Bruno Oliveira^{1,2}; Maria Daniel Vaz de Almeida^{1,2}

¹ PRONUTRISENIOR

² Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto

³ Faculdade de Letras da Universidade do Porto

INTRODUÇÃO: O PRONUTRISENIOR realizou-se em 2015/2016 nas freguesias da Madalena, Vilar do Paraíso e Valadares. Trata-se de uma abordagem holística que considera os idosos integrados no seu meio ambiente com o objetivo de melhor capacitar os profissionais de saúde e de geriatria para a vigilância do seu estado nutricional e diminuição da desnutrição.

OBJETIVOS: 1) Compreender o papel das estruturas (formais e informais) fornecedoras de alimentos e/ou refeições aos idosos na comunidade; 2) Analisar o interesse de prestadores de serviços e comerciantes de alimentos na adoção de estratégias de apoio aos idosos (tal como certificado “amigo do idoso”).

METODOLOGIA: A base de dados do tecido empresarial da área geográfica do projeto foi utilizada para proceder à georreferenciação dos estabelecimentos selecionados, através do *software ArcGIS for Desktop – ArcMap 10.3* da Esri e *software* livre e o Batchgeo; Foram desenvolvidos mapas para planejar percursos diários para visitar os estabelecimentos e entrevistar os respetivos responsáveis. Realizaram-se entrevistas semiestruturadas para recolher informação sobre o tipo de serviços prestados à população idosa. A análise estatística foi realizada no SPSS v. 21.0 para Windows.

RESULTADOS: Foram identificados 185 estabelecimentos comerciais na área da alimentação e 17 prestadores de serviços integrados em instituições (Lares, Centros de Dia, de Convívio e Apoio Domiciliário). Foi verificado que a maioria

presta serviços a clientes/utentes idosos, sendo que 74% dos fornecedores de alimentos e/ou bebidas possuem serviços personalizados para idosos, mas cerca de 60% de fornecedores de refeições referem a impossibilidade de os ter. Cerca de metade destes prestadores consideraram interessante a ideia do selo "Amigo do idoso". Entre os serviços personalizados referem as entregas ao domicílio e o pagamento posterior. As instituições que fornecem refeições, na sua maioria não possuem o apoio de nutricionista, exceto para elaboração das ementas. Nenhuma instituição avalia estado nutricional dos idosos, mas os responsáveis reconhecem a necessidade desta avaliação.

CONCLUSÕES: Os fornecedores de alimentos e/ou refeições têm papel muito importante para os idosos e, na sua maioria, estão motivados para melhorar o serviço, utilizando novos conhecimentos na área e colaborando com outras estruturas.

PO27. AVALIAÇÃO DA ACEITAÇÃO DO ALMOÇO ESCOLAR APÓS INTERVENÇÃO PARA REDUÇÃO DO SAL DE ADIÇÃO NUM ESTABELECIMENTO DE ENSINO DO 1.º CICLO

Ana Sofia Freitas¹; Margarida Liz Martins^{1,2}

¹ Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto

² REQUIMTE LAQV da Universidade do Porto

INTRODUÇÃO: A redução da disponibilidade de sal nas refeições consumidas em meio escolar é uma estratégia para a redução do consumo de sal pelas crianças.

OBJETIVOS: Avaliação da aceitação do almoço escolar, após intervenção para redução do sal de adição, num estabelecimento de ensino público do 1.º ciclo de um município português.

METODOLOGIA: Selecionou-se aleatoriamente um estabelecimento de ensino do 1.º ciclo de um Município com 114 crianças, incluindo-se todas as crianças, com idades entre os 3 e os 10 anos, que utilizavam a cantina escolar para realização do almoço. Numa 1.ª fase, determinou-se a quantidade de sal de adição disponibilizado por refeição, em 5 pratos e 5 sopas diferentes, quantificando o sal adicionado durante a confeção e a porção média distribuída, sendo os resultados comparados com as recomendações. Numa 2.ª fase, reduziu-se 50% do sal de adição utilizado na 1.ª fase para a confeção das refeições. Avaliou-se a aceitação da refeição nas duas fases através da determinação do desperdício alimentar, sob a forma de restos, utilizando o método de pesagem agregado por alimentos.

RESULTADOS: Na avaliação inicial, obteve-se uma média de sal de adição, por sopa, de 0,786 g ($\pm 0,073$ g), e, por prato, de 1,156 g ($\pm 0,411$ g), totalizando 1,942 g ($\pm 0,393$ g) por refeição. Não se verificaram diferenças significativas entre sopas e pratos ($p=0,104$). Após a redução de sal, não se verificaram diferenças significativas no desperdício alimentar e consequentemente na aceitação do almoço entre as duas fases ($p=0,094$).

CONCLUSÕES: A quantidade de sal de adição encontrava-se acima das recomendações para o almoço, tendo sido possível reduzir cerca de 50% do sal de adição, sem interferir com a aceitação da refeição.

PO28. REFERÊNCIAS ANTROPOMÉTRICAS DE ADULTOS PORTUGUESES

Rita Nogueira¹; Cláudia Afonso¹; Bruno MPM Oliveira^{1,2}

¹ Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto

² Laboratório de Inteligência Artificial e Apoio à Decisão – Instituto de Engenharia de Sistemas e Computadores – Tecnologia e Ciência

INTRODUÇÃO: A avaliação antropométrica é um dos fatores necessários para avaliar o estado nutricional de um indivíduo. De forma a contextualizar esta informação e identificar indivíduos em risco, devem existir referências atualizadas e específicas para a população em análise.

OBJETIVOS: Apresentar referências antropométricas para a população adulta e idosa portuguesa e sua relação com características sociodemográficas.

METODOLOGIA: Este trabalho integra o estudo Alimentação e Estilos de Vida da Sociedade Portuguesa de Ciências da Nutrição e Alimentação com o apoio da Nestlé®. Estudou-se o peso, altura, Índice de Massa Corporal (IMC), Perímetro da Cintura (PC) e razão PC/altura de 3421 Portugueses com idade ≥ 18 anos e características sociodemográficas. Para a elaboração das curvas de percentis utilizou-se o método LMS para regressões polinomiais. Aplicou-se um modelo linear geral univariado para estudar a relação entre os parâmetros antropométricos e as características sociodemográficas.

RESULTADOS: Em geral, a altura diminui com a idade e o peso aumenta aproximadamente até aos 50 anos seguindo-se de uma descida suave. O IMC, PC e PC/altura aumentam com a idade. Verificou-se que homens tem maiores valores antropométricos. Observaram-se diferenças entre as regiões NUTS II: os mais altos residem em Lisboa e Vale do Tejo (homens) ou no Norte (mulheres); os mais pesados habitam nos Açores (homens e mulheres); os que têm maior IMC são dos Açores ou Madeira (homens), ou dos Açores ou Alentejo (mulheres). Os que têm maior PC e PC/altura moram na Madeira (homens) ou no Alentejo (mulheres).

CONCLUSÕES: Estas referências antropométricas para a população adulta e idosa portuguesa permitem a identificação de indivíduos e grupos em risco, de forma similar ao que é possível fazer em idade pediátrica.

AGRADECIMENTOS: Agradecemos todo o apoio dos Profs. Doutores Rui Poinhos, Bela Franchini, Sílvia Pinhão, Vítor Hugo Teixeira, Pedro Moreira, Catarina Durão, Olívia Pinho, Diana Silva, José Lima Reis, Teixeira Veríssimo, Flora Correia e Maria Daniel Vaz de Almeida.

PO29. EFEITOS DE UM PROGRAMA DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR NOS CONHECIMENTOS EM NUTRIÇÃO EM INDIVÍDUOS COM DIABETES TIPO 2: ESTUDO PILOTO

Carlos Vasconcelos^{1,2}; António Almeida¹; Maria Cabral³; Elisabete Ramos^{3,4}; Romeu Mendes^{1,3,5}

¹ Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro

² Instituto Politécnico de Viseu

³ EPIUnit - Instituto de Saúde Pública da Universidade do Porto

⁴ Faculdade de Medicina da Universidade do Porto

⁵ Unidade de Saúde Pública, ACeS Douro I – Marão e Douro Norte

INTRODUÇÃO: A melhoria dos conhecimentos em nutrição é fundamental para facilitar a adoção de um padrão alimentar saudável, especialmente no controlo da diabetes tipo 2 (DT2).

OBJETIVOS: Avaliar os efeitos de um programa de educação alimentar (EA) nos conhecimentos em nutrição em indivíduos com DT2 entre os 50 e os 80 anos de idade.

METODOLOGIA: Participaram neste estudo 46 indivíduos com DT2 (29 mulheres, $63,0 \pm 7,15$ anos), envolvidos no programa Diabetes em Movimento® Vila Real (3 sessões de exercício físico semanais; 75 min de duração cada; 8 meses). Os participantes foram distribuídos por dois grupos por conveniência de horário: CON (N=22; apenas programa de exercício) e EXP (N=24; programa de exercício + EA). O programa de EA teve a duração de 16 semanas (integrado nas sessões de exercício físico), e em cada semana foi abordado um tema através de uma sessão teórica de 15 min + estratégias de dupla-tarefa durante o exercício. Os conhecimentos foram avaliados, antes e após os 8 meses de intervenção, através do *Nutritional Knowledge Questionnaire*, de 0 a 56 pontos, indicando as pontuações mais elevadas melhores conhecimentos.

RESULTADOS: A avaliação inicial de ambos os grupos por idade, género, escolaridade e duração da doença revelou-se semelhante. A pontuação inicial nos conhecimentos em nutrição também foi idêntica nos dois grupos (CON, $24,7 \pm 6,0$ vs. EXP, $25,5 \pm 5,3$ pontos, $p=0,300$). A melhoria foi significativamente maior no grupo com intervenção