

P93: INTERACTION EFFECTS OF SOCIOECONOMIC POSITION IN THE ASSOCIATION BETWEEN EATING LOCATION AND CHILDREN AND ADOLESCENTS' DIETARY ADEQUACY

Pedro Pimenta¹; Carla Lopes^{1,2}; Daniela Correia^{1,2}; Sara Rodrigues^{1,3}; Duarte Torres^{1,3}; Sofia Vilela¹

¹Unidade de Investigação em Epidemiologia do Instituto de Saúde Pública da Universidade do Porto

²Departamento de Ciências da Saúde Pública e Forenses, e Educação Médica da Faculdade de Medicina da Universidade do Porto

³Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto

INTRODUCTION: The eating location (EL) influences the eating habits of younger populations, and some eating places might be related to better eating habits.

OBJECTIVES: To assess the influence of socioeconomic position in the EL and their relation with dietary adequacy, in children and adolescents.

METHODOLOGY: This study included children and adolescents from the National Food, Nutrition and Physical Activity (IAN-AF 2015-2016, n=1153). Dietary intake was obtained by two non-consecutive food diaries in children, and two non-consecutive 24h-recalls in adolescents. Participants were classified into four groups of EL: "Home", "Other homes", "School" and "Restaurants". The dietary adequacy was measured as a higher adherence to a healthy eating pattern. A socioeconomic classification was developed and participants were classified into three categories: "low", "middle" and "high", and then grouped as low or middle socioeconomic (LMS) environment and high. Linear regression models were used to evaluate how EL differs by socioeconomic position and their relation with dietary adequacy.

RESULTS: One-quarter of participants were classified in the "Home" group, 14% in "Other homes", 18% in "Restaurants" and 45% in "School". After adjustment for potential confounders, and considering the LMS position, children and adolescents belonging to the groups "Other homes" ($\beta=-1.51$; 95%CI:-2.68;-0.34) and "Restaurants" ($\beta=-2.23$; 95%CI:-3.28;-1.18) had lower scores in the dietary adequacy index, comparing to the "Home" group. Considering the higher socioeconomic classification, comparing to the "Home" group, no association was found between "Other Homes" and "Restaurants" and the dietary adequacy; while participants in the "School" group had better dietary adequacy ($\beta=1.58$; 95%CI:0.14;3.01). These results were not found for the participants in the LMS position.

CONCLUSIONS: The socioeconomic environment influences the effect that EL exerts on dietary adequacy. Children and adolescents belonging to an LMS might be at a higher risk of having unhealthy eating habits when eating out-of-home.

FUNDING: EEA Grants Program, Public Health Initiatives(PT06-00008SI3).

P94: ASSOCIATION BETWEEN NIGHTTIME SLEEP DURATION AND DIETARY PATTERNS AMONG 4 YEAR-OLD CHILDREN FROM THE BIRTH COHORT GENERATION XXI

Andreia Vaz¹; Carla Lopes^{1,2}; Andreia Oliveira^{1,2}

¹Unidade de Investigação em Epidemiologia do Instituto de Saúde Pública da Universidade do Porto

²Departamento de Ciências da Saúde Pública e Forenses e Educação Médica da Faculdade de Medicina da Universidade do Porto

INTRODUCTION: In an obesogenic environment, there is the possibility that short sleep enhances the disinhibition to eat opportunistically, particularly energy-dense foods. Among children, short sleep has been positively associated with a less varied, nutrient-poor diet. Dietary patterns represent a useful approach of summarizing diet.

OBJECTIVES: To evaluate the association of nighttime sleep with dietary quality and previously described dietary patterns of 4 year-old children.

METHODOLOGY: This study includes children from the population-based birth cohort Generation XXI at 4 years of age. Nighttime sleep duration was self-reported by the main caregiver and categorized into ≤ 9 h/night, 9-11h/night (reference class) and ≥ 11 h/night, according to the 10th and 90th percentiles and in agreement with the National Sleep Foundation's guidelines. F&V (<5 vs. ≥ 5 portions/day), assessed by a qualitative food frequency questionnaire, was used as a proxy of dietary quality. Three dietary patterns were previously defined by latent class analysis – "Healthier" reference group, "EDF Energy-Dense Foods", "Snacking". Binary and multinomial logistic regression models were run (odds ratio and 95% confidence intervals – OR, 95%CI), adjusted for maternal education and stratified by sex (n=4899).

RESULTS: In the crude model, boys who slept ≤ 9 h/night and ≥ 11 h/night had significantly lower odds of achieving 5 portions/day of F&V (WHO recommendations) (OR=0.681; 95%CI=0.471;0.984; OR=0.779;CI=0.634;0.959, respectively). After adjustment for maternal education, the associations did not remain significant. Boys who slept ≤ 9 h/night (vs. 9-11h/night) had higher odds of following the "EDF" dietary pattern (OR=1.803; 95%CI=1.205;2.699) compared with the "Healthier". Girls who slept ≥ 11 h/night (OR=1.259; 95%CI=1.015;1.562) also presented a positive association with the "EDF" dietary pattern, but after adjustment for maternal education was no longer significant.

Conclusions: The association of shorter nighttime sleep duration with lower dietary quality and an unhealthier dietary pattern in 4 year-old boys was largely dependent of maternal education.

ACKNOWLEDGMENTS: FEDER through COMPETE; EPIUnit-ISPUP and FCT (IF/01350/2015; POCI-01-0145-FEDER-030334).

P95: AVALIAÇÃO DO DESPERDÍCIO ALIMENTAR DE FAMÍLIAS RESIDENTES NO PORTO

Táíse Portugal^{1,3}; Susana Freitas³; LM Cunha^{2,4,5}; Ada Rocha^{1,4,5}

¹Faculty of Nutrition and Food Sciences, University of Porto

²Faculty of Sciences, University of Porto

³Lipor

⁴GreenUPorto

⁵LAQV-Requimte

Em Portugal estima-se que cerca 17% das partes comestíveis dos alimentos produzidos para consumo humano, são perdidos ou desperdiçados, ao longo de toda a cadeia alimentar até chegar ao consumidor, representando 1 milhão de toneladas por ano, sendo que a maior parte dos alimentos que vai para o lixo é desperdiçada no final da cadeia alimentar, em casa.

Esta pesquisa teve o objetivo de avaliar o desperdício alimentar das famílias residentes no distrito do Porto, identificando quais os alimentos que são mais desperdiçados. A metodologia aplicada baseou-se numa abordagem quantitativa, através de um inquérito *online*. Este foi enviado a 8.000 mil famílias residentes no Porto para perceber o comportamento do consumidor através 4 grupos de questões: hábitos de compra e consumo, hábitos alimentares, frequência de consumo dos alimentos, ideias sobre desperdício e dados socio demográficos. Verificou-se que 31% dos inquiridos nunca deita as sobras dos alimentos para o lixo, 26% reportaram que sempre que tem sobras, congelam para outra ocasião e 46% consome-as no dia seguinte, demonstrando um comportamento diferente do habitual referente ao consumo e ao desperdício. Foi também perceptível que os alimentos mais desperdiçados foram os óleos e gorduras (14,2%) e os alimentos confeccionados (8,9%).

Estas famílias demonstraram uma perceção e sensibilização para a problemática do desperdício alimentar, utilizando de diferentes estratégias para reduzir o desperdício.

A principal limitação deste estudo parece-nos ser o enriquecimento da amostra relativamente ao nível de escolaridade e rendimento familiar bem como o contacto prévio com a problemática do desperdício.

P96: COMPARAÇÃO NUTRICIONAL ENTRE PRATOS “PONTO. ESCOLHA SAUDÁVEL” E PRATOS CONVENCIONAIS DISPONÍVEIS NOS REFEITÓRIOS DO SEGMENTO EMPRESAS DO GRUPO TRIVALOR

Beatriz Santos¹; Miguel Godinho²; Sara Fernandes¹; Sónia Mendes¹; Teresa de Herédia²; Ana Pernil¹

¹ Trivalor

² Nutrialma

INTRODUÇÃO: O consumidor atual está cada vez mais focado na sua alimentação e prefere pratos mais saudáveis, com menores teores de gordura, sal e açúcar, mas sem perder o sabor, textura e qualidade. Procura uma alimentação rica em nutrientes, mas sem o excesso de calorias. O PONTO. Escolha Saudável (PES) nasceu na restauração coletiva para responder a esta tendência, dando aos colaboradores das empresas a possibilidade de optar por um prato mais saudável.

OBJETIVOS: Avaliar as diferenças entre a composição nutricional dos pratos PES e dos pratos convencionais (PC), nomeadamente: valor energético (VE), lípidos totais, ácidos gordos saturados (AGS) e sal.

METODOLOGIA: Para avaliar as diferenças entre a composição nutricional dos pratos PES e dos PC compararam-se ementas semanais de cinco refeitórios a Norte, escolhidas aleatoriamente. Foram incluídos os pratos de carne, peixe e vegetarianos e excluídos os pratos de dieta. Os valores foram considerados por 100 g. Com recurso ao IBM SPSS Statistics®, analisaram-se os valores dos coeficientes de achatamento e simetria para verificar a normalidade. Seguidamente, calculou-se o valor de p com recurso ao teste Mann-Whitney para: VE, lípidos totais, AGS e sal. Considerou-se estatisticamente significativo quando $p < 0,05$. Os parâmetros escolhidos foram os critérios que o PES se propôs a melhorar. Não foram avaliados os açúcares, porque a amostra consistiu em pratos com teor naturalmente baixo deste nutriente.

RESULTADOS: Das ementas observadas, foram considerados 364 pratos, dos quais 112 são pratos PES.

Foram obtidas diferenças estatisticamente significativas para os parâmetros analisados ($p < 0,001$ para VE e lípidos totais; $p = 0,032$ para AGS e $p = 0,010$ para o sal).

CONCLUSÕES: Nas ementas analisadas, os pratos PES apresentaram melhor composição nutricional do que os PC, tendo em conta os critérios comparados, estando de acordo com o que o PES se propôs a criar no momento da sua conceção.

P97: ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SAUDÁVEL: ELABORAÇÃO DE UM GUIA DE APOIO AOS CANTINEIROS DAS ESCOLAS DO SESC – BRASIL

Lilian Gullo de Almeida¹; Ana Lúcia Vieira¹; Maria Clotilde Barbosa Nunes Maia de Carvalho¹; Juliana Paludo Vallandro²

¹ Serviço Social do Comércio – Sesc Departamento Nacional

² Centro Universitário Ritter dos Reis – Uniritter

INTRODUÇÃO: Os hábitos alimentares adquiridos durante a infância tendem a permanecer na vida adulta. Cada vez mais vêm sendo propostas diretrizes de inclusão de educação alimentar e nutricional no processo de ensino e aprendizagem. No entanto, observa-se que as práticas no contexto atual, vêm sendo realizadas de forma isolada, pontual e descontextualizadas.

OBJETIVOS: Construir um Guia para melhorar os padrões de alimentação infantil, através da oferta de uma alimentação saudável e segura nas cantinas das escolas do Sesc.

METODOLOGIA: Trata-se de um instrumento de educação alimentar e nutricional voltado para os cantineiros das escolas do Sesc e para a comunidade escolar. A equipe de trabalho foi composta por profissionais da área da saúde, educação e comunicação. A construção do guia aconteceu em 4 momentos: diagnóstico situacional, estudo piloto, elaboração do projeto e construção do material. O estudo piloto ocorreu no ano 2014 e as demais etapas aconteceram no período de 2015 a 2018. O Guia estrutura-se em 7 capítulos que abordam os temas: alimentos saudáveis; segurança e educação alimentar e nutricional; cultura alimentar e situações especiais relacionadas a alimentação infantil.

RESULTADOS: O Guia constitui-se em um marco de referência sobre a promoção da alimentação saudável e adequada, para aproximadamente 194 cantineiros e 46.000 crianças das escolas do Sesc em âmbito nacional. Trata-se de um instrumento com aproximadamente 100 páginas divididas em 3 macro sessões específicas. Além disso, oferece 55 receitas de lanches saudáveis, sustentáveis e regionais.

CONCLUSÕES: Tendo por pressupostos os direitos à saúde e alimentação adequada e saudável, o Guia é um documento oficial para os cantineiros transformarem seus estabelecimentos em locais para a promoção da alimentação saudável e segura. A construção deste material reinterpreta o compromisso do Serviço Social do Comércio com o desenvolvimento de estratégias para promoção da saúde e prevenção de doenças da população brasileira.

P98: AVALIAÇÃO DA SATISFAÇÃO DE UM GRUPO DE INDIVÍDUOS OMNÍVOROS RELATIVAMENTE A EMENTAS VEGETARIANAS CONTENDO LEGUMINOSAS

Helena Ferreira¹; Marta W Vasconcelos¹; Ana M Gil²; Beatriz Oliveira³; Elisete Varandas³; Eugénia Vilela³; Kimhuong Say¹; Elisabete Pinto^{1,4}

¹ Centro de Biotecnologia e Química Fina – Laboratório Associado, Escola Superior de Biotecnologia da Universidade Católica Portuguesa

² Departamento de Química e Instituto de Materiais CICECO da Universidade de Aveiro

³ EUREST

⁴ Unidade de Investigação em Epidemiologia do Instituto de Saúde Pública da Universidade do Porto

INTRODUÇÃO: A redução do consumo de alimentos de origem animal tem sido apontada como uma necessidade para a sustentabilidade alimentar. Contudo, as refeições vegetarianas, nomeadamente as que contêm leguminosas, nem sempre são da preferência dos consumidores.

OBJETIVOS: Este trabalho teve como objetivo avaliar e descrever a satisfação de um grupo de indivíduos omnívoros relativamente a ementas vegetarianas contendo leguminosas.

METODOLOGIA: No âmbito do projeto “TRUE: transition paths to sustainable legume based systems in europe”, foram servidos almoços ovo-lacto-vegetarianos contendo leguminosas a um grupo de indivíduos adultos omnívoros, durante 8 semanas. As refeições foram preparadas pela empresa de restauração EUREST. Cada indivíduo respondeu a um inquérito de satisfação relativamente à temperatura, apresentação, sabor e tempero da refeição e fez ainda uma apreciação global da mesma, usando uma escala de 1 a 9, em que 1 seria “nada satisfeito” e 9 “totalmente satisfeito”.

RESULTADOS: Foram servidas 960 refeições, incluindo 29 ementas, contendo 5 tipos de leguminosas: grão-de-bico ($n=289$; 30,1%), feijão ($n=226$; 23,5%), ervilha ($n=204$; 21,3%), lentilha ($n=189$; 19,7%) e soja ($n=52$; 5,4%). Existiram 4 métodos de confeção principais: estufado ($n=428$; 44,6%), assado ($n=266$; 27,7%), cozido ($n=158$; 16,5%) e salteado ($n=108$; 11,3%). Para a maioria das