

**RESULTS:** A total of 151 customers were observed, most of which (66.9%) purchased industrial food items. The most commonly purchased foods and beverages were buns/cakes/cookies (15.2%), soft drinks/industrial juices (15.2%) and confectionery (10.6%). Purchase of fruit was not observed. The street food purchases presented high median energy density (362kcal/100g), with highest contribution to total energy value coming from carbohydrates (52.6%), followed by total fat (37.2%) and protein (7.7%). Median saturated and trans fatty-acid contents of a street food purchase were 5.58 g and 0.43 g, accounting for 25.1% and 19.5% of their maximum daily recommendations, respectively. These street food purchases supplied a median of 585 mg of sodium (29.3% of its maximum daily intake recommendation) and 212 mg of potassium (6.0% of its minimum recommendation); sodium/potassium ratio was 5.54, far above the recommended value of one.

**CONCLUSIONS:** Frequent purchase of industrial food reflects the westernization of food habits. Public health policies should aim to increase fruit and vegetable availability and improve street food nutritional composition, namely its lipid profile and sodium content.

## PO49. ADESÃO AO PADRÃO ALIMENTAR MEDITERRÂNICO NA COMUNIDADE ACADÉMICA DA UNIVERSIDADE DO ALGARVE

Joana Margarida Bôto<sup>1,2</sup>; Ezequiel Pinto<sup>1,2</sup>; Maria Palma Mateus<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup> Universidade do Algarve

<sup>2</sup> Escola Superior de Saúde

**INTRODUÇÃO:** Ainda que padrão alimentar mediterrânico (PAM) seja considerado um modelo alimentar saudável de referência, existem evidências que o nosso país se tem vindo a afastar gradualmente das suas raízes alimentares mediterrânicas. A Universidade do Algarve (UALg) situa-se numa região que alberga uma comunidade com hábitos representativos da Dieta Mediterrânica (DM), pelo que se considerou pertinente determinar o nível de adesão ao PAM da comunidade académica, como forma de promover este padrão alimentar e identificar áreas de intervenção em educação alimentar.

**OBJETIVOS:** Avaliar o nível de adesão ao PAM da comunidade académica da UALg.

**METODOLOGIA:** Foi desenvolvido um questionário online, de auto-preenchimento e de natureza anónima, com questões sobre dados sociodemográficos, antropométricos e prática de atividade física, bem como a versão portuguesa do Índice PREDIMED, constituído por 14 questões.

**RESULTADOS:** Estudou-se 383 participantes, 74,2% (n=284) do sexo feminino e 25,8% (n=99) do sexo masculino, com idades entre os 18 e os 76 anos ( $\bar{x}$ =38; DP=15). Cerca de 38% (n=147) dos participantes são estudantes, 9,9% (n=38) investigadores/ bolsistas, 26,1% (n=100) pessoal docente e 25,6% (n=98) pessoal não docente. Verificou-se que 60,9% (n=229) são normoponderais e que 34,9% (n=131) apresentam excesso de peso. Identificaram-se 274 participantes (71,5%) com baixa adesão ao PAM. No que respeita às questões do PREDIMED, destaca-se o consumo de menos de 2 porções de vegetais por dia em 42,6% dos participantes, menos de 3 peças de fruta por dia em 60,6% e consumo de leguminosas inferior a três vezes por semana em 58,0%. Observou-se ainda, que os praticantes de atividade física (51,2%, n=196) apresentam uma melhor adesão ao PAM (p<0,05).

**CONCLUSÕES:** Verificou-se uma baixa adesão ao PAM na comunidade académica da UALg, o que reforça a necessidade de promover a Dieta Mediterrânica enquanto estilo de vida saudável junto desta população.

## PO50. FONTES DE INFORMAÇÃO E AVALIAÇÃO DE CONHECIMENTOS SOBRE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO EM COLABORADORES DE UM MUNICÍPIO: CONTRIBUTO PARA A PROMOÇÃO DA SAÚDE NO LOCAL DE TRABALHO

Cláudia Pessoa<sup>1</sup>; Marta Sampaio<sup>2</sup>; Rui Poinhos<sup>1</sup>; Cláudia Afonso<sup>1,3</sup>

<sup>1</sup> Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto

<sup>2</sup> Câmara Municipal da Maia

<sup>3</sup> EPIUnit – Instituto de Saúde Pública da Universidade do Porto

**INTRODUÇÃO:** O local de trabalho é reconhecido pela Organização Mundial de Saúde como uma importante área de ação para a promoção de estilos de vida saudáveis.

**OBJETIVOS:** Avaliar as fontes de informação e temáticas que suscitam maior interesse sobre alimentação/nutrição, o estado de saúde e os conhecimentos sobre alimentação dos colaboradores de uma câmara municipal.

**METODOLOGIA:** Participaram, neste estudo, 118 colaboradores, avaliando dados sociodemográficos, a autoperceção do estado de saúde, o peso, a altura, a procura de informação e o interesse em temáticas relacionadas com alimentação/nutrição, além dos seus conhecimentos nesta área. Os conhecimentos foram avaliados através de um questionário validado para a população portuguesa. Na análise estatística, foram utilizados o coeficiente de correlação de Spearman, o teste Mann-Whitney, o teste de Kruskal-Wallis e de Friedman, testes post-hoc com correção de Bonferroni e o teste T-student.

**RESULTADOS:** Os indivíduos do sexo feminino (p = 0,001), os que têm menor idade (R = - 0,205) e os que apresentam um índice de massa corporal mais baixo (R = -0,188) apresentaram um nível superior de conhecimentos em alimentação. A secção relativa à relação dieta-doença registou um menor nível de conhecimentos. Relativamente à pesquisa por informação sobre alimentação/nutrição, 80 indivíduos (67,8%) relataram ter por hábito fazê-lo, principalmente na Internet (58,5%) e através de um médico (30,5%). Os colaboradores que realizam pesquisa apresentaram um maior nível de conhecimentos comparativamente com quem não pesquisa (p = 0,070). Os colaboradores que referiram realizar pesquisas na Internet evidenciaram um menor nível de conhecimentos sobre recomendações dietéticas e sobre a relação dieta-doença, sendo que no total apresentaram maiores conhecimentos. Os que referiram obter informação através de um nutricionista apresentaram, no total, maiores conhecimentos entre as fontes de pesquisa (p = 0,018).

**CONCLUSÕES:** Estes resultados permitem realçar a necessidade de implementar intervenções alimentares no local de trabalho em questão.

## PO51. ADESÃO AO PADRÃO ALIMENTAR MEDITERRÂNIC E SEGURANÇA ALIMENTAR EM ADULTOS PORTUGUESES

Eliara Dornelles<sup>1,2</sup>; Inês Sofrino<sup>1,2</sup>; Victória Paes<sup>1,2</sup>; Ezequiel Pinto<sup>1,2</sup>; Maria Palma Mateus<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup> Universidade do Algarve

<sup>2</sup> Escola Superior de Saúde

**INTRODUÇÃO:** O Padrão Alimentar Mediterrânico (PAM) é um modelo de alimentação saudável, visto que está associado a prevenção de doenças cardiovasculares, diabetes e obesidade. Contudo, nas últimas décadas, tem-se verificado uma diminuição do número de portugueses que segue uma alimentação tradicional mediterrânica, a qual pode ser influenciada pelos baixos níveis de Segurança Alimentar (SA) em Portugal.

**OBJETIVOS:** Verificar a adesão ao PAM e o nível de SA, a prevalência de pré-obesidade (PO) e obesidade (OB) em adultos portugueses e buscar associações da adesão ao PAM com variáveis sociodemográficas, Índice de Massa Corporal (IMC) e componentes do índice PREDIMED.

**METODOLOGIA:** Estudo transversal que consistiu na aplicação do índice PREDIMED e da Escala de Insegurança Alimentar por questionário online. Foram obtidas características sociodemográficas e antropométricas dos participantes. Fez-se a busca por associações entre as variáveis categóricas através do teste de independência Qui-Quadrado de Pearson.

**RESULTADOS:** A amostra do estudo foi composta por 138 indivíduos, com média