

ACTA PORTUGUESA DE NUTRIÇÃO

A REVISTA DA ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DOS NUTRICIONISTAS



Associação Portuguesa
dos Nutricionistas

01

abr. jun. '15
Distribuição Gratuita
ISSN: 2183-5985

METODOLOGIA: Foram avaliados 179 adolescentes (100 raparigas) de uma amostra inicial de 302 estudantes da qual foram selecionados aqueles que reportaram adequadamente a sua ingestão (avaliado por métodos padrão). Os estudantes têm idades entre os 12 e os 19 anos; 82,1% dos indivíduos apresentam Índice de Massa Corporal (IMC) normal, 17,3% apresentam excesso de peso e ainda 0,6% têm obesidade (classificação de Cole). O NE parental foi avaliado em 3 escalões, tendo em conta o grau de escolaridade: baixo (até ao 9.º ano), médio (do 10.º ao 12.º ano) e alto (mais do que o 12.º ano). Usaram-se diários alimentares de 3 dias (2 de semana e 1 de fim de semana) para avaliar o consumo alimentar, a partir dos quais foi calculada a média de ingestão de cada nutriente e construído um score de adequação de 22 nutrientes. As associações foram estudadas através de um modelo de regressão GLM univariada, considerando-se a idade, sexo, IMC e ingestão energética como variáveis confundidoras. Utilizou-se o software SPSS 21.0.

RESULTADOS: O score de adequação nutricional criado varia entre 0 (nenhum nutriente com ingestão adequada) e 22 (todos os nutrientes com ingestão adequada). Na amostra em estudo, as raparigas classificaram-se neste score com uma média de $12,77 \pm 1,98$ (mínimo 7 e máximo 18) e os rapazes obtiveram uma média de $13,84 \pm 2,33$ nutrientes adequados (mínimo 10 e máximo 19). Analisando estes resultados consoante o NE materno verifica-se que adolescentes cujas mães têm um NE mais elevado têm uma adequação nutricional significativamente superior ($13,84 \pm 2,25$) à dos seus colegas cujas mães têm NE baixo ($12,66 \pm 1,95$; $p=0,012$) ou médio ($12,86 \pm 2,11$; $p=0,032$). Quando esta análise é efetuada para o NE paterno não são encontradas diferenças significativas.

CONCLUSÕES: Existe uma relação positiva entre o NE materno, mas não paterno, e a adequação nutricional da alimentação de adolescentes.

APOIOS: Projeto apoiado por: PTDC/DTP-DES/1328/2012 (FCOMP-01-0124-FE-DER-028619); Centro de Investigação apoiado por: PEst-OE/SAU/UI0617/2011.

PO65: ASSOCIAÇÃO ENTRE NÍVEL EDUCACIONAL E CONHECIMENTOS NUTRICIONAIS DE ADOLESCENTES

Raquel Esteves^{1,3}, Pedro Moreira^{1,3}, Gustavo Silva¹, Vera Ferro-Lebres^{1,4}, José Ribeiro¹

¹ Centro de Investigação em Actividade Física, Saúde e Lazer da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto

² Faculdade de Ciências da Universidade do Porto

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

⁴ Departamento de Tecnologias de Diagnóstico e Terapêutica da Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico de Bragança

INTRODUÇÃO: A influência do estatuto socioeconómico na ingestão alimentar e no conhecimento nutricional (CN) dos indivíduos tem sido alvo de estudos recentes. Foi mostrado que o nível educacional (NE) dos progenitores é um dos principais determinantes do CN de adolescentes e que o elevado NE das mães se relaciona positivamente com o nível de CN dos filhos.

OBJETIVOS: Avaliar a associação entre o nível educacional dos progenitores e os conhecimentos nutricionais de adolescentes.

METODOLOGIA: De uma amostra inicial de 302 estudantes foram selecionados, por métodos descritos na literatura, aqueles que reportaram adequadamente a sua ingestão. Assim, foi estudado um grupo de 179 adolescentes (100 raparigas) entre os 12 e os 19 anos de idade. Destes indivíduos, e segundo a classificação de Índice de Massa Corporal (IMC) de Cole, 82,1% são normoponderais, 17,3% têm excesso de peso e 0,6% são obesos. Os conhecimentos nutricionais dos indivíduos foram avaliados pelo *General Nutrition Knowledge Questionnaire for Adolescents* (GNKQA) já anteriormente adaptado e validado para a população portuguesa. Os progenitores foram divididos em 3 grupos consoante o seu NE: baixo (até ao 9.º ano), médio (do 10.º ao 12.º ano) e alto (mais do que o

12.º ano). Aplicou-se um modelo de regressão GLM univariada considerando as possíveis variáveis confundidoras (idade, sexo, IMC e ano de escolaridade). Utilizou-se o software SPSS 21.0.

RESULTADOS: O GNKQA é classificado com um mínimo de 0 e um máximo de 137 pontos. Na amostra em estudo as raparigas foram classificadas com uma média de $66,70 \pm 16,46$ (mínimo 21,00 e máximo 105,00) enquanto que os rapazes atingiram uma classificação média de $64,58 \pm 16,35$ (mínimo 3,00 e máximo 104,00). Relativamente à relação destes resultados com o NE dos progenitores não se verificaram diferenças significativas entre nenhum dos grupos, tanto para o NE materno como para o paterno.

CONCLUSÕES: Parece não haver uma influência significativa do NE dos progenitores no nível de CN dos seus filhos. Este facto contradiz o que tem sido demonstrado na literatura.

APOIOS: Projeto apoiado por: PTDC/DTP-DES/1328/2012 (FCOMP-01-0124-FE-DER-028619); Centro de Investigação apoiado por: PEst-OE/SAU/UI0617/2011.

PO66: A RELAÇÃO ENTRE NÍVEL EDUCACIONAL E CONSUMO DE HORTOFRUTÍCOLAS EM ADOLESCENTES

Raquel Esteves^{1,3}, Pedro Moreira^{1,3}, Gustavo Silva¹, Vera Ferro-Lebres^{1,4}, José Ribeiro¹

¹ Centro de Investigação em Actividade Física, Saúde e Lazer da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto

² Faculdade de Ciências da Universidade do Porto

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

⁴ Departamento de Tecnologias de Diagnóstico e Terapêutica da Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico de Bragança

INTRODUÇÃO: As desigualdades económicas no consumo alimentar e na prevalência de obesidade têm sido estudadas. Tem-se mostrado que geralmente indivíduos de baixo estatuto socioeconómico (ESE) têm uma alimentação nutricional mais pobre e com menor ingestão de fruta e hortícolas do que indivíduos de ESE mais elevado. Um dos fatores usados na medição do ESE é o nível educacional (NE) dos progenitores.

OBJETIVOS: Relacionar o consumo de fruta e hortícolas de adolescentes com a educação dos progenitores.

METODOLOGIA: Avaliaram-se 302 estudantes, dos quais se estudaram apenas os 179 (100 raparigas) que reportaram adequadamente a ingestão (avaliado por metodologias próprias). As idades variaram entre 12 e 19 anos. Pela classificação de Cole, 82,1% dos alunos têm Índice de Massa Corporal (IMC) normal, 17,3% apresentam excesso de peso e 0,6% são obesos. Avaliou-se o consumo alimentar usando diários alimentares de 3 dias (2 de semana e 1 de fim-de-semana) e calcularam-se as porções dos diferentes grupos alimentares. O NE foi dividido em 3 patamares: até ao 9.º ano (baixa), do 10.º ao 12.º ano (média) e mais do que o 12.º ano de escolaridade (elevada). Foi aplicado um modelo de regressão GLM univariada considerando as possíveis variáveis confundidoras (idade, género, IMC e ingestão energética). Utilizou-se o software SPSS 21.0.

RESULTADOS: O consumo de hortofrutícolas nesta amostra encontra-se muito abaixo das recomendações. As raparigas ingerem em média 0,65 ([0; 2,08]) porções de fruta e 0,27 porções de hortícolas ([0; 1,64]) por dia. Os rapazes consomem em média 0,71 ([0; 2,99]) porções de fruta por dia e 0,32 ([0; 1,40]) porções de hortícolas por dia. Relativamente ao consumo de hortícolas, verifica-se que indivíduos cujas mães têm um menor NE consomem significativamente menos hortícolas do que indivíduos cujas mães têm mais escolaridade ($p=0,004$). Além disso, adolescentes cujos pais têm um NE elevado consomem mais hortícolas do que aqueles cujos pais têm NE médio ($p=0,043$) e baixo ($p=0,013$). No consumo de fruta, indivíduos com mães de elevado NE consomem mais fruta do que indivíduos cujas mães têm baixo ($p=0,010$) e médio ($p=0,003$) NE.

Ainda, adolescentes cujos pais têm elevado NE consomem significativamente mais fruta do que aqueles cujos pais têm médio ($p=0,045$) ou baixo ($p=0,034$) NE.

CONCLUSÃO: Conclui-se que há uma associação entre o NE dos progenitores e o consumo de fruta e hortícolas, pois um maior NE sugere um consumo mais elevado destes alimentos, ainda que nenhum dos grupos tenha atingido as recomendações da Nova Roda dos Alimentos.

APOIOS: Projeto apoiado por: PTDC/DTP-DES/1328/2012 (FCOMP-01-0124-FE- DER-028619); Centro de Investigação apoiado por: PEst-OE/SAU/UI0617/2011.

PO67: ASSESSING DIETARY INTAKE IN ADOLESCENTS: THE ROLE OF FOOD PORTION SIZE EVALUATION IN FOOD FREQUENCY QUESTIONNAIRES

Vânia Mendes^{1,2}, Cláudia Sousa^{1,2}, Joana Araújo^{1,2}, Carla Lopes^{1,2}, Elisabete Ramos^{1,2}

¹ Instituto de Saúde Pública da Universidade do Porto

² Departamento de Epidemiologia Clínica, Medicina Preditiva e Saúde Pública da Faculdade de Medicina da Universidade do Porto

INTRODUCTION: Food frequency questionnaires (FFQs) are the primary instrument for dietary assessment in large epidemiological studies. However, the problem of whether or not to include a portion size section in the FFQ is still under debate, namely in population groups with more difficulty in estimating portion sizes. **OBJECTIVES:** The aim of this study is to understand the importance of portion size estimates in the assessment of food and nutritional intake data among adolescents, by comparing three different structures of a FFQ.

METHODOLOGY: Students enrolled in 7th to 9th grades of two schools in Porto's metropolitan area were invited to participate. The 370 adolescents (48.6%) who agreed to participate were randomly assigned to one of three groups, each completing a different version of a FFQ. One FFQ had no portion size section, other had a portion size specified on the questionnaire for each item but no additional questions, and the third included a portion size section where respondents were asked to report if their usual portion size was equal, smaller or larger than a given reference medium portion size. Data was collected through self-administered questionnaires and anthropometric measures. Energy intake misreporting was assessed using the Goldberg cut-off, comparing the ratio of energy intake with basal metabolic rate.

RESULTS: Food intake estimates were similar between the three FFQ structures for all food groups. The only exception were soft drinks, with the "no portion size" group presenting the highest median value and the "reported portion size" group the lowest.

The highest median energy intake was found in the "no portion size" group [2342.75Kcal/day (1615.42–3153.86)] and the lowest value was found among the "reported portion size" group [1917.05Kcal/day (1428.42–3211.24)], but these differences did not reach statistical significance ($p=0.520$). No statistically significant differences have been observed between study groups regarding the prevalence of misreporting. However, the "no portion size" group presented the lower prevalence of under-reporting (53.6%). Considering macronutrients, similar intakes were found in all study groups. Using data from the "reported portion size" group, for most of the food items assessed, a higher proportion of consumers selected the medium portion size.

CONCLUSIONS: Our results suggest that the inclusion of questions assessing portion size in a FFQ does not influence food and nutrient intake estimates of adolescents. Furthermore, a FFQ with no portion size assessment seem to provide energy intake estimates more closely related to the expected intake of adolescents.

PO68: HÁBITOS ALIMENTARES DOS ADOLESCENTES

Ana Maria Pereira¹

¹ Escola Superior de Saúde de Bragança do Instituto Politécnico de Bragança

INTRODUÇÃO: A adolescência corresponde a um grupo etário marcado por diversas mudanças fisiológicas, psicológicas, afetivas, intelectuais e sociais, revelando-se um grupo suscetível a maiores riscos nutricionais. Vários autores reforçam a necessidade de conhecer os hábitos alimentares dos adolescentes, que na maioria dos casos, se mantêm ao longo da vida adulta, com o conseqüente risco ou benefício para a saúde.

OBJETIVOS: Obter informações sobre hábitos alimentares dos adolescentes matriculados nas escolas da cidade de Bragança.

METODOLOGIA: Estudo de metodologia transversal sendo a amostra obtida pelo processo de amostragem probabilística, constituída por 600 adolescentes matriculados nos estabelecimentos de ensino da cidade de Bragança com idades compreendidas entre os 12 e os 18 anos (44% do sexo masculino e 56% do sexo feminino). A informação foi obtida através de 2 questionários estruturados. Para avaliação do consumo alimentar utilizou-se o Questionário de Frequência Alimentar, desenvolvido pelo Serviço de Higiene e Epidemiologia do Hospital de São João, validado para a população adulta e modificado para adolescentes. Para a análise estatística dos resultados obtidos foi utilizado o programa SPSS[®] versão 14.0 (2005), para o Windows da Microsoft[®], recorrendo-se a testes paramétricos e não paramétricos para o estudo da inferência estatística.

RESULTADOS: Relativamente à frequência de consumo alimentar, os resultados obtidos evidenciaram que as diferenças de consumos médios entre rapazes e raparigas não eram estatisticamente significativas, à exceção do consumo de carne, pescado e ovos, onde se verificou um consumo superior por parte dos rapazes.

Relativamente às porções de alimentos ingeridas por ambos os sexos, e de acordo com o recomendado pela Roda dos Alimentos Portuguesa, verificou-se que para os alimentos dos grupos de cereais e derivados e tubérculos, frutas, produtos hortícolas e leguminosas, o consumo foi em termos estatísticos significativamente inferiores aos valores recomendados, com exceção do grupo das carnes, pescado e ovos (principalmente carne) em que o consumo foi significativamente superior ao recomendado. Os grupos de alimentos que mais se aproximavam dos valores recomendados eram os grupos dos laticínios e o grupo das gorduras e óleos. No que concerne ao consumo de alimentos doces e açúcar registou-se um maior consumo entre os rapazes (0,044). Foi também possível constatar um consumo superior de bebidas alcoólicas por parte dos rapazes (0,000) principalmente os mais velhos (0,000).

CONCLUSÕES: Analisando o perfil alimentar dos adolescentes de Bragança, constatou-se um afastamento do padrão alimentar intrínseco ao conceito de dieta mediterrânea, pautada pela riqueza em alimentos de origem vegetal e um predomínio de ingestão de pescado, relativamente às carnes. Através dos resultados obtidos sobre os principais hábitos alimentares destes jovens, torna-se imperioso orientá-los relativamente às suas escolhas alimentares, fomentando-se cações educativas alimentares que forneçam a informação necessária para permitir aos jovens selecionar, preparar e consumir os alimentos disponíveis de acordo com as suas necessidades nutricionais, promovendo este hábito de vida como um momento fomentador de prazer.

PO70: DESPERDÍCIO ALIMENTAR E FATORES QUE O ORIGINAM NUMA ESCOLA DO ENSINO PRÉ-ESCOLAR E 1.º CICLO DO ENSINO BÁSICO DA ZONA CENTRO DE PORTUGAL

Jéssica Rodrigues¹, Ada Rocha¹⁻³

¹ Município da Figueira da Foz

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

³ LAQV-REQUIMTE da Faculdade de Farmácia da Universidade do Porto