

PO26. DETERMINANTES DOS HÁBITOS ALIMENTARES DE ASSISTENTES PESSOAIS

Filipa Pinto Correia¹; Beatriz Teixeira¹⁻³; José Manuel Silva⁴; Rui Póinhos¹; Cláudia Afonso^{1-3,5}

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

² Unidade de Investigação em Epidemiologia, Instituto de Saúde Pública, Universidade do Porto

³ Laboratório para a Investigação Integrativa e Translacional em Saúde Populacional

⁴ Escola Superior Saúde Santa Maria

⁵ Centro de Investigação em Produção Agroalimentar Sustentável

INTRODUÇÃO: As pessoas com incapacidade ou com deficiência podem depender de Assistentes Pessoais (AP) que, pela sua categoria profissional, apoiam a realização das diversas atividades do seu dia a dia. Este trabalho implica, frequentemente, que o AP negligencie as suas próprias necessidades, podendo adquirir hábitos alimentares pouco saudáveis.

OBJETIVOS: Caracterizar os hábitos alimentares dos AP e estudar os seus fatores associados.

METODOLOGIA: Trata-se de um estudo transversal observacional, efetuado em 135 AP. Os hábitos alimentares foram avaliados através da escala "Avaliação breve e inicial dos hábitos alimentares para abordagem inicial" (0 a 22 pontos, correspondendo uma pontuação ≥ 18 a adesão elevada a hábitos alimentares saudáveis, 8 a 17 pontos a adesão moderada e ≤ 7 a baixa adesão). Os fatores associados avaliados foram: sexo, idade, escolaridade, prática de atividade física, hábitos tabágicos e alcoólicos e peso e estatura autorreportados, para posterior cálculo do Índice de Massa Corporal.

RESULTADOS: Os hábitos alimentares pontuaram em média 14,8 (DP = 3,1) sendo que a maior parte dos participantes (79,6%) apresentou um nível médio de adesão a hábitos alimentares saudáveis, sendo uma adesão elevada encontrada em 19,0%. As mulheres apresentavam pontuação média mais elevada (14,9; DP = 3,1), ainda que sem diferenças significativas face aos homens (14,45; DP = 3,2; $p = 0,525$). Participantes mais velhos apresentaram hábitos alimentares mais saudáveis ($r = 0,21$, $p = 0,023$). Não foram encontradas associações com significado estatístico entre hábitos alimentares e a escolaridade, consumo de tabaco e álcool, sendo aqueles que praticavam atividade física apresentaram uma maior pontuação média (15,5 vs. 14,3; $p = 0,035$).

CONCLUSÕES: Hábitos alimentares mais saudáveis associaram-se positivamente com a idade e à prática de atividade física. Promover a saúde destes profissionais torna-se essencial para uma prestação de cuidados a terceiros com qualidade.

PO27. ESTUDO DO ÍNDICE DE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL (HEI-2015) DURANTE O 1.º CONFINAMENTO POR COVID-19

Ana Margarida Machado¹; Vera Ferro Lebres^{1,2}; Carla Correia de Sá^{1,3}

¹ Instituto Politécnico de Bragança

² Centro de Investigação de Montanha, Instituto Politécnico de Bragança

³ Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano, Universidade da Maia

INTRODUÇÃO: A avaliação dos hábitos alimentares em quarentena obrigatória, segundo um SCORE que avalia a qualidade da dieta, a sua relação com o isolamento social e os distúrbios alimentares é escassa, tornando pertinente este trabalho.

OBJETIVOS: Comparar a pontuação do SCORE HEI-2015 antes e durante o 1.º confinamento devido à pandemia COVID-19 tendo em conta características sociodemográficas e o estilo de vida da amostra, em Portugal.

METODOLOGIA: 862 indivíduos, com idades compreendidas entre os 10-66 anos participaram no estudo, tendo sido excluídos participantes que não se

encontravam em quarentena e com perda de seguimento. A amostra final é constituída por 55 intervenientes que responderam devidamente a todos os questionários. Estudo de coorte longitudinal. Aplicação de 1 questionário, dividido em 4 partes (Parte 1 e 2: questões sociodemográficas/contexto de confinamento; Parte 3 e 4: Perguntas adaptativas do Recordatório 24h antes e durante a quarentena, respetivamente), via *online*.

RESULTADOS: A pontuação média do SCORE pré e pós confinamento é 49,3($\pm 14,8$) e 52,3($\pm 12,9$), respetivamente. O SCORE relativo ao consumo antes do confinamento foi significativamente elevado no grupo que reside em meio urbano e significativamente baixo no grupo onde a mãe era responsável pela aquisição de alimentos. O SCORE que avalia o consumo durante o confinamento foi mais elevado nos solteiros e mais baixo em quem apresenta dificuldades nas entregas de alimentos em casa. Os que praticavam exercício físico antes e durante a quarentena têm melhor SCORE antes e durante a quarentena relativamente a quem não pratica. Os que praticam exercício físico 4-5 vezes p/ semana antes e durante têm piores resultados antes da quarentena relativamente a outras frequências.

CONCLUSÕES: Não se verificou diferença significativamente estatística na qualidade da dieta antes e durante a quarentena. Conclusões mais robustas permitiriam ações de saúde pública mais bem desenhadas, minimizando o impacto negativo da quarentena na saúde alimentar.

PO28. ESTUDO DOS DETERMINANTES SOCIODEMOGRÁFICOS, DE ESTILOS DE VIDA E DE ADIPOSIDADE GERAL ASSOCIADOS À SOBRECARGA EMOCIONAL DE ASSISTENTES PESSOAIS

Filipa Pinto Correia¹; Beatriz Teixeira¹⁻³; José Manuel Silva⁴; Rui Póinhos¹; Cláudia Afonso^{1-3,5}

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

² Unidade de Investigação em Epidemiologia, Instituto de Saúde Pública, Universidade do Porto

³ Laboratório para a Investigação Integrativa e Translacional em Saúde Populacional

⁴ Escola Superior Saúde Santa Maria

⁵ Centro de Investigação em Produção Agroalimentar Sustentável

INTRODUÇÃO: As pessoas com incapacidade ou com deficiência dependem frequentemente de Assistentes Pessoais (AP) que, pela sua categoria profissional, apoiam a realização das diversas atividades do seu dia a dia. Esta atividade profissional pode implicar uma sobrecarga emocional que se encontra muitas vezes associada à negligência das suas próprias necessidades, comprometendo diretamente a sua saúde e indiretamente a sua prestação de cuidados.

OBJETIVOS: Estudar os determinantes sociodemográficos, de estilos de vida e de adiposidade geral associados à sobrecarga emocional em AP.

METODOLOGIA: Trata-se de um estudo transversal observacional, com um tamanho amostral de 135 AP. A sobrecarga emocional foi avaliada através da escala "Zarit Burden Interview: 4-item version". Os fatores associados avaliados foram: sexo, idade, escolaridade, prática de atividade física, hábitos alimentares, tabágicos e alcoólicos e peso e estatura autorreportados, para posterior cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC).

RESULTADOS: Dos inquiridos, 23,1% apresentavam sobrecarga emocional, sendo maioritariamente (85,7%) mulheres ($p = 0,015$). A idade não se associou significativamente à sobrecarga emocional ($r = -0,044$; $p = 0,629$) e associou-se positivamente com a escolaridade ($r = 0,197$; $p = 0,030$). Não foi encontrada associação da sobrecarga emocional com os estilos de vida, hábitos alimentares, prática de atividade física e consumo de álcool ou IMC.

CONCLUSÕES: Verificamos uma maior sobrecarga emocional nas mulheres e nos AP com maior escolaridade. Pelas características da sua atividade profissional,

as entidades empregadoras, deverão com regularidade monitorizar o estado emocional e os estilos de vida, de forma a promover a qualidade de vida dos seus AP e consequentemente a qualidade dos serviços prestados.

PO29. EVOLUÇÃO DA OFERTA ALIMENTAR DO BANCO ALIMENTAR CONTRA A FOME DO ALGARVE NO TRIÉNIO 2018-2020

Adriana Peixoto¹; Nuno Cabrita Alves²; Teresa Sofia Sancho^{1,3}

¹ Escola Superior de Saúde, Universidade do Algarve

² Banco Alimentar Contra a Fome do Algarve

³ Administração Regional de Saúde do Algarve

INTRODUÇÃO: A vulnerabilidade económica, a baixa literacia em saúde e o baixo nível educacional das famílias são fatores de risco para a diminuição da qualidade alimentar, o que fomenta a relação entre carência alimentar e doença. A intervenção na área da ação social torna-se imprescindível de forma a promover uma melhoria da qualidade nutricional da oferta alimentar e uma redução da insegurança alimentar.

OBJETIVOS: Analisar, quantitativamente e qualitativamente, a evolução dos alimentos recebidos pelo Banco Alimentar Contra a Fome do Algarve (BA Algarve) no triénio 2018-2020.

METODOLOGIA: Os produtos alimentares foram divididos em três grupos: alimentos com maior interesse nutricional, alimentos com menor interesse nutricional e alimentos indiferenciados, sendo que os mais interessantes nutricionalmente foram agrupados segundo os sete grupos da Roda dos Alimentos (RA). A evolução da quantidade dos alimentos foi analisada através da consulta das bases de dados da instituição. A análise dos resultados foi realizada através de dois indicadores: quantidade anual recebida e Taxa de Variação (TV).

RESULTADOS: O total de produtos alimentares recebidos no triénio teve uma TV de +62%, com um aumento de 858,101 Kg. Dos alimentos com maior interesse nutricional, seis grupos da RA apresentaram TV positivas, com exceção do grupo Leite e equivalentes que exibiu uma TV negativa de 10%. A quantidade total de alimentos dos seis grupos apresentou uma TV de +75%. A quantidade total de alimentos com menor interesse nutricional teve uma TV de +48%. Os géneros alimentícios presentes no grupo dos indiferenciados apresentaram uma TV de +154%.

CONCLUSÕES: A totalidade de alimentos recebidos foi cada vez maior, sendo que se verificou uma progressiva melhoria na qualidade nutricional dos mesmos. Esta análise permitiu melhorar a qualidade da base de dados do BA Algarve, bem como redefinir prioridades relativamente aos seus parceiros, garantindo uma qualidade nutricional crescente da oferta alimentar aos seus beneficiários.

PO30. FOOD INSECURITY LEVELS IN UNIVERSITY STUDENTS: CROSS-SECTIONAL STUDY

Jorge Azevedo^{1,2}; Bebiana Marques¹; Luís Ferreira¹; Carla Gonçalves^{1,3}

¹ Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro

² CECAV - Centro de Ciência Animal e Veterinária

³ CITAB - Centro de Investigação e Tecnologias Agroambientais e Biológicas

INTRODUCTION: University students may be vulnerable to situations of food insecurity (FI), due to limited financial resources, lower purchasing power, increasing costs of housing and food. This public health concern can be affected by COVID-19 pandemic situation.

OBJECTIVES: This study aimed to assess the prevalence and severity of FI among university students (bachelor, master and PhD) attending a public Portuguese university.

METHODOLOGY: The present study employed a cross-sectional design, involving

use of a self-reported questionnaire. The survey, conducted in winter semester of 2021-2022, was administered on-line to university students. FI was assessed with the household food insecurity psychometric scale adapted and validated for the Portuguese population. Descriptive analysis was undertaken to investigate the prevalence of FI.

RESULTS: The study counts with 283 subjects that answer to the questionnaire. Data indicates a high prevalence of FI (17%, n=48), including 13,8% for low FI, 2,1% for moderate FI and 1,1% for severe FI (with hunger). A higher odds of being food insecure was reported among students with higher body mass index (with FI OR 0.16; 95% CI 0.02–1.26) and among those with higher number of unemployed persons in family (with FI OR 0.51; 95% CI 0.34–0.77).

CONCLUSIONS: The reported prevalence of FI among the university students' sample was greater than the FI reported in National Food, Nutrition and Physical Activity Survey of the Portuguese general population (10%, 2015-2016).

PO31. FOOD SKILLS AMONG THE ACADEMIC COMMUNITY OF A LISBON INSTITUTE AND THEIR RELATION WITH MEDITERRANEAN DIET ADHERENCE

Cátia Mateus¹; Patrícia Carvalho¹; Rute Borrego¹; Raquel Gouveia¹; Vânia Costa¹; Cláudia Viegas²

¹ Lisbon School of Health Technology

² Health & Technology Research Center - Lisbon School of Health Technology

INTRODUCTION: Healthier eating habits are associated with a higher level of food and cooking skills (FCSk). Mediterranean Diet (MD) is one of the healthiest diets in the world and is defined by the habits it promotes. Among these, are cooking skills (CSk), a component of FCSk.

OBJECTIVES: To evaluate the level of FCSk among the academic community and to determine the existence of a correlation between FCSk level and MD adherence.

METHODOLOGY: A cross-sectional study was conducted among a Lisbon's academic community. An on-line questionnaire was applied, including: a) evaluation of MD adherence (MEDAS); b) evaluation of FCSk (Lavelle and colleague's questionnaire). Statistical analysis was performed using the R version program.

RESULTS: In preliminary results there were 130 participants (55% female), mostly students (77%) with ages between 17-20 (44%). Our sample had a good level of food (85%) and cooking skills (50%). The food skill (FS) with highest score was the ability to read and interpret the expiration date and the lowest was the ability to plan meals ahead. Chopping, mixing and stirring foods was the CSk with the highest score, while steaming and stewing food, as well as cooking pulses presented the lowest score. We found higher FCSk among the women; higher CSk among individuals over 25 years old and higher FS among those who were interested in cooking and gastronomy. Only 16% of our sample had a high adherence to the MD. A significant moderate positive correlation was found between the MD adherence and FCSk. We also found a strong positive correlation between vegetable and pulses consumption (MEDAS) and the ability to prepare and cook them (Lavelle and colleague's questionnaire).

CONCLUSIONS: There is a need to promote MD among Portuguese adults. Promotion of specific FCSk, may enhance MD adherence.

PO32. (IN)SEGURANÇA ALIMENTAR EM FAMÍLIAS APOIADAS PELO BANCO ALIMENTAR CONTRA A FOME DO ALGARVE

Ana Catarina Afonso¹; Joana Lopo¹; Nuno Cabrita Alves¹; Teresa Sofia Sancho²

¹ Banco Alimentar Contra a Fome do Algarve

² Administração Regional de Saúde do Algarve