

CO10. HOW CAN THE ASSOCIATION BETWEEN PRM AND NUTRITIONAL THERAPY PROTOCOL IMPROVE HEALTH OUTCOMES?

Inês Morais^{1,3}; Carla Santos^{1,2}; Roberto Henriques³

¹ Nutrition

² GENE – Nutrition Department, Garcia de Orta Hospital

³ NOVA IMS - Information Management School

INTRODUCTION: Hospitals have already recognised the use of the best practice in Patient Relationship Management practices, which has enabled them to deal more effectively and efficiently with the entire healthcare process by responding directly to patients' needs and experiences throughout the assistance process.

OBJECTIVES: Use PRM as a strategy to minimize T2DM non-compliance, improving and facilitating decision-making and find strategies that support the importance of the nutritional protocol in health gains.

METHODOLOGY: Epidemiological and interventional study with T2DM outpatients from external diabetes consultation between April and June 2019 in Garcia de Orta hospital. Patients were randomly divided into two groups using the envelope method: intervention group (IG) and control group (CG). For statistical treatment we used the Statistical Package for Social Sciences (IBM SPSS Statistics), version 21 IBM.

RESULTS: 62 T2DM outpatients admitted, ages ranging 32-82 years (51±50 years, mean-59±11.18). BMI (21.17- 48.56 Kg/m², mean 32 Kg/m²). Weight (52-143 Kg), HbA1c (5.6-13.9 g/L, mean 9±0.4 g/L). After six weeks, the CG had a variation between 3-6% of their BMI, variation between a 9% loss in body weight and a 6% increase of their weight and a variation between a 3.2 g/L decrease and a 2 g/L increase in HbA1c. For the IG, the BMI between T0 and T2 had a variation between 1-9%, all patients lost a total of weight ranging from 1-9% and none of the patients had an increase in HbA1c value. The decrease in this value ranged from 0-7 g/L.

CONCLUSIONS: Nutritional protocol with nutritional therapy plus digital tool, boosted health gains in the group of diabetics who had this follow-up.

CO11. UTILIZATION OF HEALTHCARE AND SOCIAL SERVICES AMONG COMMUNITY-LIVING OLDER ADULTS

Leandro Oliveira¹; Rui Poínhos²; Maria Daniel Vaz de Almeida^{2,3}

¹ Universidade Lusófona's Research Center for Biosciences & Health Technologies

² Faculty of Nutrition and Food Sciences, University of Porto

³ Research Centre on Sustainable Agri-food Production

INTRODUCTION: Profiling the utilization of healthcare and social services can provide essential information for the development of intervention strategies and health policies to improve populations' health and make health services more sustainable.

OBJECTIVES: This study examined the relationships between healthcare and social services utilization with social, health and nutritional factors among community-living older adults.

METHODOLOGY: This cross-sectional study is part of the PRONUTRISENIOR (EEA GRANTS PT06- 81NU5) project and included 602 older adults (>65 years old) from Vila Nova da Gaia, Portugal. Data were collected by a questionnaire of indirect application by trained nutritionists in a face-to-face situation.

RESULTS: Participants were aged on average 73 years (SD = 6); mostly women (64.0%), married (67.8%) and lived in their own home (80.2%). The healthcare services most frequently used were appointments with general and family doctors and nurses, while the least used were appointments with nutritionists and psychologists. The higher the weight, body mass index and cardiovascular risk, the more frequently the older adults attended nutritionist. The better the nutritional status, the less use of family doctors. We found that older adults suffering from various diseases like diabetes mellitus, and cardiovascular, gastrointestinal, respiratory diseases, among others, used health services more frequently.

CONCLUSIONS: Given the high prevalence of non-communicable diseases amongst this population group, an increase in the use of nutrition services would be beneficial for disease control. Moreover, such professionals could intervene to prevent the onset of these chronic diseases.

ACKNOWLEDGEMENTS: FCT-CBIOS

CO12. AÇÚCAR NOS IOGURTES SÓLIDOS DE AROMA: A REALIDADE NO MERCADO PORTUGUÊS

Alexandra Ribeiro Costa^{1,2}; Inês Lobato³; Mayumi Delgado³; Sónia Fialho^{1,4}

¹ Instituto Politécnico de Coimbra, Coimbra Health School

² Associação Vitamimos SABE- Saúde, Ambiente e Bem-Estar

³ Sonae MC

⁴ Instituto Politécnico de Viana do Castelo, Center for Research and Development in Agrifood Systems and Sustainability

INTRODUÇÃO: O grupo dos iogurtes e leites fermentados é uma das categorias de alimentos que apresenta quantidades elevadas de açúcar adicionado. O teor médio de lactose nos iogurtes é de 3,8 g por 100 g, o que significa que idealmente os iogurtes deveriam ter um teor médio de açúcar total inferior a 8,8 g, contudo, segundo as recomendações impostas pela Direção-Geral da Saúde (DGS) para a publicidade dirigida a crianças, deve ser levado em consideração o valor 10 g/100 g. O consumo excessivo de açúcar está associado à prevalência de doenças crónicas como a obesidade e a diabetes.

OBJETIVOS: O presente estudo tem como objetivo avaliar o teor de açúcar presente nos vários iogurtes sólidos de aroma disponibilizados no mercado português e analisar se os teores de açúcar dos iogurtes em estudo estão alinhados com as recomendações impostas pela DGS para a publicidade dirigida a crianças, assim como avaliar a influência do aroma no teor de açúcar do iogurte.

METODOLOGIA: Os dados foram recolhidos através da declaração nutricional dos iogurtes disponibilizada no comércio eletrónico, assim como, nos respetivos supermercados, de forma presencial.

RESULTADOS: Foram avaliados 33 iogurtes, dos quais 4 apresentaram diferentes teores de açúcar conforme o aroma do iogurte. Quanto às recomendações impostas pela DGS, apenas 16 iogurtes cumpriram com as recomendações ≤10g (48,5%) enquanto 17 iogurtes tinham um teor de açúcar >10 g (51,5%), não havendo assim, diferenças estatisticamente significativas (p=0,866).

CONCLUSÕES: Ao comparar os 33 iogurtes no que concerne ao teor de açúcar, foi possível averiguar que o aroma não influencia o teor de açúcar (exceto em 4 iogurtes). Apesar de se verificar uma crescente preocupação em relação ao teor excessivo de açúcar presente nos iogurtes, a mesma ainda se revela insuficiente, conforme se verifica nos resultados obtidos, tornando-se crucial o papel da indústria alimentar na reformulação destes produtos.

CO13. CAPTAÇÃO DE IODO POR DIFERENTES VEGETAIS COZIDOS COM SAL IODADO

Rui Azevedo¹; Tiago Nogueira²; Olga Viegas^{1,3}; Isabel MPLVO Ferreira¹; Edgar Pinto^{1,2}

¹ Laboratório Associado para a Química Verde/ Rede de Química e Tecnologia, Departamento de Ciências Químicas, Faculdade de Farmácia, Universidade do Porto

² Centro de Investigação em Saúde e Ambiente, Departamento de Saúde Ambiental, Escola de Saúde do Porto, Politécnico do Porto

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

INTRODUÇÃO: A Organização Mundial da Saúde recomenda a iodização universal do sal como um método seguro, eficiente e sustentável para garantir a ingestão adequada de iodo. Contudo, apesar do seu sucesso na diminuição da prevalência