

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 Póinhos²; 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

da deficiência de iodo, a evidência relacionada com a estabilidade, captação e perdas de iodo durante o processamento dos alimentos é escassa. Ainda, sendo o consumo excessivo de sal um problema reconhecido mundialmente, é possível que a redução da sua ingestão resulte numa redução concomitante da ingestão de iodo.

OBJETIVOS: Avaliar o impacto da cozedura na captação de iodo por vegetais através da adição de sal iodado.

METODOLOGIA: Sete vegetais (6 hortícolas e 1 tubérculo) foram cozidos em água com 5, 10 e 15 g/L de sal marinho e sal iodado (rotulado com 32 a 45 mg de iodo/Kg sal). A extração do iodo dos vegetais foi realizada de acordo com a ISO EN 15111:2007, sendo o mesmo quantificado através de ICP-MS.

RESULTADOS: A adição de sal iodado aumentou significativamente a concentração de iodo nos vegetais cozidos ($p < 0,001$), variando entre 4,6 - 12,1 $\mu\text{g}/100\text{ g}$ na batata-doce e 12,8 - 39,1 $\mu\text{g}/100\text{ g}$ no brócolo. A percentagem de iodo captado pelos vegetais durante a cozedura é baixa (3,0 - 8,9%), refletindo uma ingestão de 3-26% do valor de referência da EFSA para população adulta, assumindo uma porção de 100 g.

CONCLUSÕES: A adição de sal iodado à água de cozedura aumentou a concentração de iodo nos vegetais após cocção, no entanto esta reflete uma pequena percentagem do iodo adicionado através do sal.

CO14. INCREMENTO DO ACERVO ORGANO-LÉPTICO PARA O DESENVOLVIMENTO SOCIAL

Lúcia Afreixo¹; Francisco Providência¹; Sílvia Rocha¹

¹ Departamento de Comunicação e Arte, Universidade de Aveiro

INTRODUÇÃO: O olfato é um sentido de perceção relevante e de condicionamento gastronómico. A sua ligação imediata e primitiva à zona das emoções estabelece uma experiência direta às motivações e desejos, marcando inextricavelmente a memória e identidade cultural, dotando os indivíduos de consciência moral para preservação fisiológica, havendo evidências que os cheiros e sabores aprendidos até aos três anos de idade condicionarão a flexibilidade alimentar no futuro dos indivíduos.

OBJETIVOS: Esta investigação em *food design* tem por objetivo aferir a pertinência da experiência olfativa no desenvolvimento social.

METODOLOGIA: A investigação tem por base um estudo de campo que avaliou a literacia organolética de 34 indivíduos infantis (com idade dos 3 aos 5 anos), em paridade de género. Este estudo de campo socorreu-se de duas escolas do distrito do Porto, de classes socioeconómicas opostas.

A experiência consistiu numa seleção de 10 amostras olfativas de carácter alimentar (selecionadas a partir da cultura organolética nacional) a que os indivíduos, de olhos vendados, foram submetidos à apreciação do odor.

RESULTADOS: Da comparação das respostas nas duas escolas podemos inferir que os indivíduos oriundos de classes económicas mais elevadas apresentam um acervo olfativo alimentar 4 vezes superior ao do grupo economicamente mais deprimido.

CONCLUSÕES: Esta evidência estatística correlacionada com uma maior capacidade de adaptação criativa, diretamente proporcional ao acervo de linguagem, implicará que o 1.º grupo com maior acervo organolético terá melhores condições de sobrevivência e adaptação criativa que o 2.º. Por isso deverá o Estado Democrático acautelar, além das condições nutricionais da alimentação (já em curso), uma maior diversidade organolética para compensação de um meio familiar mais limitado.

A abertura ao novo e a variedade cultural de experiências sensoriais poderão contribuir definitivamente para a formação de indivíduos mais criativos, responsáveis, livres e, por isso, contribuindo para uma sociedade mais desenvolvida e economicamente menos estratificada.

CO15. AVALIAÇÃO DO EFEITO DA ADIÇÃO DE INGREDIENTES NA ANÁLISE SENSORIAL DO FIAMBRE

Jéssica Pardal Costa¹; Mayumi Thaís Delgado^{2,3}; Maria Leonor Silva⁴; Inês Lobato Sousa²

¹ Nutricionista Estagiária

² Modelo Continente Hipermercados

³ Instituto Universitário Egas Moniz

⁴ Centro de Investigação Interdisciplinar Egas Moniz, Instituto Universitário Egas Moniz

INTRODUÇÃO: O fiambre consiste num produto alimentício à base de carne de porco, tratado em salmoura, prensado ou não em moldes e seguidamente submetido a tratamento térmico. Atualmente, para além do fiambre de porco existem outras opções no mercado, tais como fiambre de aves e fiambre apto para vegetarianos. Neste estudo, foram abordados três tipos de fiambres (Porco, Frango e Peru), sendo que no fiambre de porco foram abordadas duas categorias, fiambre da perna-extra e da pá.

OBJETIVOS: Avaliar o efeito da adição de alguns ingredientes presentes no fiambre nos atributos da análise sensorial de fiambres pertencentes a várias marcas.

METODOLOGIA: A recolha de dados foi obtida através da empresa Sonae MC, a qual forneceu os relatórios de análise sensorial e uma base de dados com a análise dos fiambres comercializados em Portugal entre 2018 e 2021. Para o tratamento estatístico dos dados, foi utilizado o *Software* SPSS.

RESULTADOS: Verificou-se que quanto maior o teor de sal, mais agradável é o fiambre no que concerne ao sabor e à textura e maior a pontuação obtida na avaliação global. Os resultados também demonstraram que o teor de sal é maior quando existe adição de proteína, dextrose e intensificadores de sabor assim como está em maior quantidade na ausência de especiarias e fibra vegetal (Tabela 1).

CONCLUSÕES: Os resultados deste estudo refletem principalmente que reduzir a quantidade de sal, em produtos como o fiambre, tem consequências na preferência dos consumidores, nomeadamente ao nível do sabor, isto porque os portugueses tendem a preferir produtos com um maior teor de sal. Uma vez que o consumo excessivo deste ingrediente é prejudicial para a saúde, é cada vez mais urgente a redução do teor de sal, sendo que a indústria deveria optar por uma redução gradual nos fiambres, devido ao impacto observado no sabor e na textura.

TABELA 1

Correlação entre o Teor de Sal (por 100 g) das amostras de Fiambre, da Análise Sensorial e da Avaliação Global

	AVALIAÇÃO GLOBAL	TEOR DE SAL (POR 100 g)	ANÁLISE SENSORIAL	
			SAL	SABOR
Teor de Sal (por 100 g)	0,342**			
Análise Sensorial				
Sal	0,011	0,459**		
Sabor	0,934**	0,317**	0,018	
Textura	0,917**	0,336*	-0,001	0,835**

* A correlação é significativa ao nível 0,05 (bilateral)

** A correlação é significativa no nível 0,01 (bilateral)