

proportion of healthier options was found in the municipality with the highest degree of urbanization, which also has the greatest and most diversified offer. The proportion of ultra-processed and alcoholic beverages on offer in the apps was much higher in comparison with water and some establishments did not sell water at all. The use of photos and price discounts prevailed predominantly among ultra-processed beverages, sugar/fat/salt rich meals and candies and ice-creams.

CONCLUSIONS: Restaurants registered in food delivery apps offered a significant amount of ultra-processed foods and non-healthier foods, and these were more advertised or offered more discounts compared to fresh and minimally processed foods. More research in the area along with greater investment in increasing the wholesome food supply are needed to promote healthier digital food environments.

PO31. ORIGEM E CARACTERÍSTICAS PERCEBIDAS PELOS COMERCIANTES PARA VENDA DE FRUTA EM SUPERFÍCIES COMERCIAIS NA CIDADE DE FARO

Bernardo Rosa^{1,2}; Mariana Mendes^{1,2}; Patrícia Rocha^{1,2}; Sarah Coutinho^{1,2}; Susana Fraga^{1,2}; Ezequiel Pinto^{1,4}; Maria Palma Mateus^{1,2}

¹ Universidade do Algarve

² Escola Superior de Saúde, Universidade do Algarve

³ Centro de Estudos e Desenvolvimento em Saúde, Universidade do Algarve

⁴ Algarve Biomedical Center Research Institute

INTRODUÇÃO: O Algarve é uma das regiões do país com maior consumo de fruta fresca, independentemente da sua sazonalidade ou origem.

OBJETIVOS: Descrever a origem da fruta comercializada na cidade de Faro e as características da escolha da fruta para comercialização por parte dos comerciantes.

METODOLOGIA: Realizou-se um estudo descritivo transversal em 35 superfícies comerciais de Faro, com inquirição por questionário, em escala de Likert entre 1 ("Sem importância") e 5 ("Completamente importante"), ao responsável da superfície comercial, sobre características consideradas importantes ao escolher a fruta para comercializar. Registou-se também a origem dos produtos.

RESULTADOS: Inquiriu-se 28 minimercados (n=80%), 5 hipermercados (14,3%) e 2 supermercados (5,7%). Verificou-se que 66% da fruta tem origem nacional e 34% é importada, com maior contribuição do Brasil (26%), Espanha (24%) e Costa Rica (18%). Da fruta nacional, 44% é produzida no Algarve, 48% é produzida fora da região e 8% é de origem indeterminada. Da fruta da época (51%), 31% é importada. Da fruta fora da época (49%), 63% é de origem nacional.

Cerca de 71% dos responsáveis dos estabelecimentos (n=25) consideram ser completamente importante a fruta ter origem nacional. A mesma resposta foi indicada por 77% (n=27) dos responsáveis em relação à fruta ser originária da região. A característica da fruta mais identificada pelos comerciantes é a qualidade geral (69%;n=24), seguida da aparência (60%;n=21), estado de maturação (48,6%;n=17) e calibre (34,3%;n=12).

Não se registaram diferenças nas variáveis em estudo de acordo com o tipo de superfícies comerciais (p>0,05).

CONCLUSÕES: A fruta comercializada em Faro é maioritariamente de origem nacional (66%) e, desta, 44% é produzida na região. Estes resultados estão em concordância com a opinião dos comerciantes, que valorizam mais a fruta de origem nacional e da região.

PO33. PADRÕES ALIMENTARES E A SUA RELAÇÃO COM O ÍNDICE DE MASSA CORPORAL E A SUSTENTABILIDADE AMBIENTAL EM ADOLESCENTES PORTUGUESES: RESULTADOS DO IAN-AF

Beatriz Teixeira¹⁻³; Cláudia Afonso¹⁻³; Milton Severo^{2,4}; Catarina Carvalho¹⁻³; Duarte Torres¹⁻³; Carla Lopes^{2,4}; Andreia Oliveira^{2,4}

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

² EPIUnit - Instituto de Saúde Pública, Universidade do Porto

³ Laboratório para a Investigação Integrativa e Translacional em Saúde Populacional

⁴ Faculdade de Medicina, Universidade do Porto

INTRODUÇÃO: Uma alimentação saudável na adolescência poderá não ser necessariamente sustentável, tornando-se relevante estudar este equilíbrio na definição de padrões alimentares.

OBJETIVOS: Adaptar quatro padrões alimentares e explorar as suas associações com indicadores de sustentabilidade (emissões de gases de efeito estufa-EGEE e uso de solo-US relacionados com a alimentação) e de saúde (índice de massa corporal-IMC) em adolescentes.

METODOLOGIA: Os participantes são adolescentes (10-17 anos) do Inquérito Alimentar Nacional e de Atividade Física 2015-2016 (n=632, correspondendo a 794363 num desenho de amostragem complexo), com informação proveniente de dois questionários às 24 horas anteriores. O *World Index for Sustainability and Health* (WISH), o *Healthy Eating Index* (HEI), o *Mediterranean Diet Score* (MDS) e o *Southern European Atlantic Diet* (SEAD) foram adaptados, para avaliar a adesão às recomendações do *Eat-Lancet*, da Organização Mundial da Saúde (OMS), da Dieta Mediterrânica e da Dieta Atlântica, respetivamente. Os indicadores de sustentabilidade foram estimados pela base de dados SHARP-ID. Classificou-se o IMC (medido) segundo a OMS. Definuiu-se um índice composto ponderado padronizado, com indicadores de sustentabilidade e de saúde (EGEE*0,5+LU*0,5+IMC). Estimaram-se as associações por modelos de regressão linear ajustados para a quantidade dos alimentos não considerados nos scores e, adicionalmente (nas associações com o IMC/índice composto), para sexo, atividade física, idade e escolaridade máxima do agregado familiar.

RESULTADOS: O WISH, o MDS e o HEI associaram-se significativamente a um menor uso de solo, em m²/ano, mas não mostraram associação com o IMC. Adicionalmente, o MDS associou-se a menos emissão de gases de efeito de estufa (sd,β=-0,347,95%CI:-0,537,-0,157). O SEAD não se associou com nenhum indicador. O MDS foi o único que explicou conjuntamente os indicadores de sustentabilidade e de saúde (índice composto: sd,β=-0,159,95%CI:-0,315,-0,003, R²=31,3%).

CONCLUSÕES: A Dieta Mediterrânica mostrou ser o padrão alimentar que melhor se relaciona com (maior) sustentabilidade ambiental e (menor) IMC em adolescentes portugueses.

FINANCIAMENTO: Beatriz Teixeira é bolsista de doutoramento 2021.05133.BD, cofinanciada pela Fundação para a Ciência e Tecnologia (FCT) e pelo Programa FSE (Fundo Social Europeu). A recolha de dados teve fundos da EEA (subsídios da EEA, Iniciativas de Saúde Pública - 000088SI3).

PO34. AVALIAÇÃO DO EFEITO DO PROJETO CRECHE COM SABOR E SAÚDE NA MELHORIA DA OFERTA ALIMENTAR DO ALMOÇO DIRIGIDA A CRIANÇAS DOS 0 AOS 3 ANOS EM CONTEXTO DE CRECHE

Lúcia Nova¹; Beatriz Teixeira¹⁻³; Olívia Pita¹; Inês Dias⁴; Mariana Conceição⁴; Beatriz Cidade Coelho¹; Ana Verdasca Jorge⁵; Liliana Ferreira^{2,3,5}; Ada Rocha^{1,6}; Maria Cristina Teixeira Santos^{1,7}; Sara SP Rodrigues¹⁻³; Cláudia Afonso¹⁻³; Ana Gonçalves⁴

- ¹ Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação, Universidade do Porto
- ² EPIUnit - Instituto de Saúde Pública, Universidade do Porto
- ³ Laboratório para a Investigação Integrativa e Translacional em Saúde Populacional
- ⁴ Associação Cultural e Recreativa de Cabreiros
- ⁵ Cáritas Diocesana de Coimbra
- ⁶ GreenUPorto - Sustainable Agrifood Production Research Centre/Inov4Agro, Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação, Universidade do Porto
- ⁷ ProNutri Group - CINTESIS@RISE – Centro de Investigação em Tecnologias e Serviços de Saúde, Universidade do Porto | Laboratório Associado RISE – Rede de Investigação em Saúde

INTRODUÇÃO: As Creches são instituições essenciais para a adoção de hábitos alimentares saudáveis nas crianças, tornando-se importante assegurar uma adequada oferta alimentar nestes locais.

OBJETIVOS: Avaliar o efeito do Projeto Creche com Sabor e Saúde (C2S) na oferta alimentar da refeição do almoço das crianças dos 0 aos 3 anos.

METODOLOGIA: Para aferir a qualidade da oferta alimentar do almoço em 18 instituições particulares de solidariedade social (IPSS), criou-se uma ferramenta para o efeito e aplicou-se no início do projeto. Posteriormente, acompanharam-se as instituições de forma a promover a melhoria da oferta alimentar. No final do projeto, aplicou-se a mesma ferramenta de forma a proceder à avaliação do efeito deste acompanhamento.

RESULTADOS: Apesar de 17 instituições (94%) possuírem a valência dos 6-11 meses, apenas 13 (77%) tinham as respetivas ementas. Dos 6-8 meses, destacou-se o excesso da oferta de fruta confeccionada (>2x/semana, 61,5%) e dos 9-11 meses, o défice da oferta de leguminosas na sopa (<1x/semana, 92,3%) e de ovo como principal fonte proteica (<2x/mês, 84,6%), bem como a presença de sopa com fonte de proteína animal mesmo quando já era oferecida no prato. Dos 12-36 meses, nas 18 instituições, realça-se o défice do ovo como principal fonte proteica (<2x/mês, 83,3%) e do peixe gordo (<1x/mês, 44,4%) bem como a falta de variação nos métodos de confeção (ensopados, caldeiradas ou jardineiras) (<1x/mês, 16,7%). No final do projeto, verificou-se uma melhoria de 15,5% no cumprimento dos requisitos (início: 70,3%, final: 80,7%) e um aumento da existência de ementas dos 6 aos 11 meses (final: n=16/17).

CONCLUSÕES: O projeto C2S teve efeito positivo na melhoria da oferta alimentar da refeição do almoço em todas as instituições. Revela-se importante a implementação de projetos similares que abranjam mais instituições a nível nacional para a melhoria da qualidade da oferta alimentar das Creches portuguesas.

FINANCIAMENTO: O projeto C2S foi cofinanciado pela Associação Cultural e Recreativa de Cabreiros e pela Direção-Geral da Saúde.

PO35. UNPROCESSED AND MINIMALLY PROCESSED FOODS ARE POSITIVELY ASSOCIATED WITH NEURODEVELOPMENT IN TODDLERS

Micaela Cunha Rodrigues¹; Rafaela Rosário^{2,4}; Ana Duarte^{2,3,5}; Mónica Rodrigues¹; Patrícia Padrão^{1,6}; Pedro Moreira^{1,6}

- ¹ Faculty of Nutrition and Food Sciences, University of Porto
- ² School of Nursing, University of Minho
- ³ Health Sciences Research Unit: Nursing (UICISA: E), Nursing School of Coimbra
- ⁴ Nursing Research Centre, University of Minho
- ⁵ Research Centre on Child Studies, Institute of Education, University of Minho
- ⁶ Epidemiology Research Unit and Laboratory for Integrative and Translational Research in Population Health, Institute of Public Health, University of Porto

INTRODUCTION: Nutrition is an essential factor in early brain development. Dietary patterns as characterized by different food processing levels have been hypothesized as a potential influencer of neurocognitive function.

OBJECTIVES: This study aimed to estimate the association between different types of food processing and neurocognitive development in toddlers.

METHODOLOGY: Data for the present cross-sectional analysis came from Healthy Children 2021 project and included 213 toddlers (52.1% females, aged 12-36 months) from 15 childcare centers across the city of Braga, Portugal. Cognitive development was assessed using the Bayley Scales of Infant and Toddler Development—Third edition. Dietary intake was gathered by a two-day food record, from non-consecutive days, obtained from the parents and educators. The food and beverage items were categorised using the NOVA classification which groups them according to the extent and purpose of processing they undergo into four groups: unprocessed and minimally processed foods (NOVA 1), processed culinary ingredients (NOVA 2), processed foods (NOVA 3) and ultra-processed foods (NOVA 4). Cognitive development and the energetic contribution to total energy intake of each NOVA group were categorised using the median score of Bayley Scales (inadequate<10 and adequate≥10) and median energetic contribution for each NOVA category, respectively. Logistic regression models were estimated to assess the association between NOVA groups and cognitive development further adjusting for sleeping time and mother's education.

RESULTS: Girls with a higher energy contribution of unprocessed and minimally processed foods (≥56.93%) had higher odds of achieving a higher cognitive development score (aOR: 4.05; 95%CI 1.06;15.5). However, the same association wasn't observed in boys.

CONCLUSIONS: Our findings suggest that a higher energy contribution of unprocessed and minimally processed foods is associated with a higher neurocognitive development in girls.

Promotion of healthy eating and consumption of unprocessed and minimally processed foods can be promising in improving neurocognitive development.

PO36. FACTORS INFLUENCING ADHERENCE TO A SUSTAINABLE DIET IN PORTUGUESE ADULTS

Margarida Liz Martins^{1,3}; Bebianna Marques¹; Maria Figueiredo¹; Margarida Ribeiro⁴; Mariana Matias⁵; Sandra Abreu^{4,6}

- ¹ Polytechnic Institute of Coimbra, Coimbra Health School
- ² GreenUPorto—Sustainable Agrifood Production Research Centre
- ³ Centre for the Research and Technology of Agro-Environmental and Biological Sciences
- ⁴ Research Centre in Physical Activity, Health and Leisure, Faculty of Sport, University of Porto
- ⁵ School of Life Sciences and Environment, University of Trás-os-Montes and Alto Douro
- ⁶ Laboratory for Integrative and Translational Research in Population Health

INTRODUCTION: A global transformation to healthy diets from sustainable food systems is urgently needed in order to improve health and minimize the environmental impact. Thus, it is important to identify possible factors that explain a low/high adherence to a sustainable diet.

OBJECTIVES: To explore factors influencing adherence to a sustainable diet among Portuguese adults (aged 18-65 years).

METHODOLOGY: Data collection was carried out between October and December 2022 using a self-reported questionnaire applied by interview to 351 adults (31.4% male). Healthy and sustainable practices were assessed using Sustainable HEalthy Diet (SHED) Index, developed by Tepper *et al.* (2021). The choice of possible factors determining adherence to sustainable diet was based on findings reported in literature. Linear regression model was used to estimate the magnitude of the association between total SHED Index score and selected factors (sex, age, education level, body mass index, physical activity, level of urbanization, dietary pattern).

RESULTS: The mean of the total SHED Index score was 82.3±20.98 of 179. Linear regression models showed that participants who lived in lower level of urbanization (i.e., village/community settlement) (B=5.602, CI 95%: 0.657, 10.547, p=0.027), had vegetarian/vegan/plant-based diet (B=25.977, CI 95%: