

PO48. DISPONIBILIDADE DE OPÇÕES VEGETARIANAS EM ALIMENTOS PROTEICOS NO MERCADO PORTUGUÊS

Joana Rosa¹; Matilde Cabral¹; João PM Lima¹⁻³

¹ Instituto Politécnico de Coimbra, Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra

² GreenUPorto—Centro de Pesquisa em Produção Agroalimentar Sustentável

³ Centro de Cuidados Inovadores e Tecnologia em Saúde

INTRODUÇÃO: O consumo de alimentos proteicos, frequentemente associado à prática desportiva, tem ganho popularidade não só entre atletas, mas também associada à prática recreativa e percepção de alimentação saudável. O vegetarianismo estrito implica a evicção de produtos de origem animal, sendo a proteína vegetal, habitualmente das menos completas, quanto ao perfil de aminoácidos.

OBJETIVOS: Comparar a oferta de opções vegetarianas em alimentos proteicos no mercado português comparando as suas características nutricionais com as opções não-vegetarianas.

METODOLOGIA: Foram visitados 8 supermercados de abrangência nacional e respetivos sites *online*, identificando os produtos/alimentos proteicos e divididos em iogurtes, pudins e mousses, barras, leites, queijos e outros. Para cada produto foram recolhidas as seguintes características: imagem, marca, nome, sabor, preço, ingredientes, quantidade de proteína por unidade (g), e informação nutricional por 100 g.

RESULTADOS: Após a análise de mais de 300 alimentos proteicos, apenas 50 eram aptos a vegetarianos estritos, sendo a maioria barras proteicas. O seu preço era sensivelmente mais caro, a quantidade de proteína por 100 g de alimento inferior, e a gordura e açúcar elevados, comparativamente com os restantes alimentos analisados.

CONCLUSÕES: A oferta de produtos vegetarianos proteicos comparativamente com os não-vegetarianos é reduzida e de valor nutricional menos interessante.

PO49. AVALIAÇÃO NUTRICIONAL DOS DOENTES EM CUIDADOS CONTINUADOS NO HOSPITAL SANTA MARIA – PORTO, E RESPECTIVA PERCEÇÃO DA EQUIPA DE ENFERMAGEM

Maria Inês Barros¹; Elisabete Pinto^{2,3}; Maria Marta Correia²

¹ Hospital Santa Maria – Porto

² Universidade Católica Portuguesa, Centro de Biotecnologia e Química Fina – Laboratório Associado, Escola Superior de Biotecnologia

³ EPIUnit - Instituto de Saúde Pública, Universidade do Porto

OBJETIVOS: Avaliar o estado nutricional de doentes internados em cuidados continuados e respetiva percepção pela equipa de enfermagem.

METODOLOGIA: Estudo de coorte, prospetivo com recolha de informação retrospectiva que decorreu no Hospital Santa Maria, Porto, Portugal, durante 6-meses; incluiu os doentes que se encontravam internados em cuidados continuados entre janeiro e junho 2022. Os questionários de avaliação da percepção do estado nutricional dos doentes pelos profissionais de saúde foram aplicados à equipa de enfermagem, a qual tem contacto diário com os doentes incluídos.

RESULTADOS: Foram incluídos no estudo onze doentes internados em cuidados continuados. Foram aplicadas ferramentas de rastreio nutricional – *Nutritional Risk Screen-2002* e *Mini Nutritional Assessment-Short Form*, mensalmente, tendo sido identificado risco nutricional em, pelo menos, uma das avaliações, em dez doentes. A maior parte fazia suplementação nutricional e, nos casos em que esta foi suspensa, o aporte energético total do plano alimentar diminuiu consideravelmente, resultando em oscilações do peso corporal. Foram inquiridos doze enfermeiros (aproximadamente 30% da totalidade), obtendo-se 44 respostas

aos questionários, uma vez que o mesmo enfermeiro podia ter vários doentes atribuídos. Denotou-se alguma falta de informação quanto aos benefícios da suplementação nutritiva por parte da equipa de enfermagem.

CONCLUSÕES: Os doentes internados em contexto de cuidados continuados apresentam risco nutricional. A introdução e suspensão de suplementos nutricionais têm um impacto considerável no peso corporal. Da análise dos questionários aplicados aos enfermeiros conclui-se que a sensibilização da equipa multidisciplinar relativamente à nutrição é crucial.

PO50. FINGER FOODS NA DEMÊNCIA

Telma Costa¹; Bruna Baltazar¹

¹ Santa Casa da Misericórdia da Trofa

INTRODUÇÃO: A demência é caracterizada por um declínio cognitivo que pode contribuir para o agravamento do estado nutricional. O método de alimentação através de *Finger Foods* parece favorecer o aumento da ingestão alimentar, sendo uma forma mais atrativa de apresentação da refeição e de fácil consumo.

OBJETIVOS: O objetivo deste estudo é relacionar o método de alimentação através dos *Finger Foods* com o estado nutricional e o comportamento alimentar de idosos com demência, residentes numa Estrutura Residencial para Pessoas Idosas.

METODOLOGIA: A população são idosos com diagnóstico de demência a residir há, pelos menos, um mês na Estrutura Residencial para Pessoas Idosas. A intervenção com *Finger Foods* foi feita diariamente durante o período de um mês na refeição do almoço. Neste estudo foi feita uma caracterização sociodemográfica e foram avaliados vários parâmetros desde o estado nutricional até ao desempenho dos indivíduos na refeição.

RESULTADOS: Amostra de 25 idosos, 84,0% do sexo feminino com média de idades de $85,5 \pm 6,1$ anos e o valor médio de Índice de Massa Corporal inicial foi $23,7 \pm 5,1$ kg/m². A média do peso inicial foi $58,4 \pm 9,5$ kg e a média final foi $59,1 \pm 10,1$ kg, tendo-se verificado um aumento significativo ($p=0,005$). Os indivíduos que aderiram, 53,8% ($n=7$) mantiveram a capacidade de se alimentar, 38,5% ($n=5$) melhoraram um nível e 7,7% ($n=1$) dois níveis ($p=0,037$). Os indivíduos que aderiram aos *Finger Foods*, 92,3% ($n=12$) diminuíram a pontuação do Edimburgh *Feeding Evaluation in Dementia*.

CONCLUSÕES: Em suma, há evidências da existência de fatores no plano experimental do estudo, que conduziram à melhoria da condição alimentar dos indivíduos, nomeadamente, na capacidade de se autoalimentarem e no peso corporal.

PO51. VEGETARIAN AND OMNIVOROUS DIETS IN PORTUGAL: SOCIODEMOGRAPHIC AND ANTHROPOMETRIC ANALYSIS FRAMED IN THE VEGGIENUTRI PROJECT

Cátia Pinheiro¹; Inês Rocha²; Liliana Giesteira³; Carina Martins³; Ana Lucas³; Ana Margarida Alexandre³; Catarina Ferreira³; Joana Amaro^{4,5}; João Costa Leite⁶; Teresa F Amara⁷; Rita Negrão¹; Elisa Keating¹

¹ CINTESIS@RISE, Department of Biomedicine, Unit of Biochemistry, Faculty of Medicine, University of Porto

² Faculty of Health Sciences, Fernando Pessoa University

³ Faculty of Nutrition and Food Sciences, University of Porto

⁴ EPIUnit - Institute of Public Health, University of Porto

⁵ Laboratory for Integrative and Translational Research in Population Health, University of Porto

⁶ CINTESIS@RISE, Faculty of Medicine, University of Porto

⁷ Institute of Science and Innovation in Mechanical and Industrial Engineering, Associate Laboratory for Energy, Transports and Aerospace

INTRODUCTION: Vegetarian diets are gaining popularity worldwide and data on the characterization of vegetarian individuals in Portugal is currently unavailable.

OBJECTIVES: to compare sociodemographic, lifestyle and anthropometric characteristics among vegetarian and non-vegetarian populations.

METHODOLOGY: 464 healthy adults following an omnivorous (OMNI), lacto-ovo-vegetarian (LOV) or vegan (VEG) dietary pattern for at least 1 year were recruited in this cross-sectional study. Weight, height, waist circumference (WC), body composition (eg. visceral fat (VF), muscle mass (MM), total body water (TBW)), blood pressure (BP) and handgrip strength (HGS) were measured. Participants completed a sociodemographic and lifestyle questionnaire.

RESULTS: 422 individuals (72% females) were included, of whom 58% were OMNI, 25% were LOV and 17% were VEG. Global median (IQR) age was 34(26-44) years, with LOV and VEG being younger compared to OMNI, $p=0.004$. Males by dietary patterns were distributed as: OMNI(64%)>VEG(20%)>LOV(16%), while distribution of females followed a different trend: OMNI(56%)>LOV(29%)>VEG(16%) ($p=0.026$). Education, household monthly income, smoking status, physical activity, HGS or BP were not different between groups. Among VEG, the proportion using nutritional supplements was the highest (86%), followed by LOV (54%) and OMNI (29%) ($p=0.001$). BMI was adequate in all groups, being the lowest in VEG group (median (IQR) BMI of 22.4 (20.4-25.6)kg/m², $p=0.024$). WC and VF were the lowest in LOV group (median (IQR) WC in LOV of 79.3 (71.9-86.7)cm, $p=0.001$; median (IQR) VF in LOV of 3.0 (1.5-5.0), $p=0.012$). OMNI individuals tended to have higher MM (median (IQR) in kg: 45.5 (40.5-55.0), 43.7 (40.3-48.3) and 43.0 (39.3-53.4) for OMNI, LOV and VEG, respectively, $p=0.077$). TBW was adequate in all groups, being the highest in VEG group (median (IQR) of 53.1 (50.6-57.0)%, $p=0.032$).

CONCLUSIONS: Characteristics differed between dietary patterns, with lower values of BMI, WC, VF and MM and higher TBW in the LOV or VEG groups.

PO52. NUTRITION IN TRANSGENDER'S HEALTH: AN EXPLORATORY NINE CASE STUDY

Ivo Sousa^{1,2}; Teresa Amaral^{1,3,4}

¹ Faculty of Nutrition and Food Sciences, University of Porto

² "Plano I" Association

³ Institute of Science and Innovation in Mechanical and Industrial Engineering

⁴ Associate Laboratory for Energy, Transports and Aerospace

INTRODUCTION: Considering the potential effects of cross-sex hormonal therapy on the nutritional status of transgender individuals, and the lack of widely available data on nutritional status and nutrition guidelines, it becomes crucial to study their food habits and nutritional status to provide adequate nutrition care during the transition process.

OBJECTIVES: To study the nutritional status of transgender individuals in the adult age group (18 to 65 years old) residing in Portugal.

METHODOLOGY: An exploratory nine case study report was conducted. A food frequency questionnaire was used to assess the usual dietary habits of the sample. Anthropometric parameters (weight, height, waist and gluteal circumferences) were measured, and body mass index (BMI), waist-to-hip ratio, waist-to-height ratio, body roundness index (BRI) and body shape index (BSI) were calculated. The Estimated Energy Requirements (EER) and their mean values obtained using different gender transition approaches were compared. The nutritional intake was compared to the IAN-AF 2017 results for the adult Portuguese population.

RESULTS: Nine transgender individuals participated in the study. A high percentage of a high BMI, indicating overweight status (66.7%), increased to very high risk of metabolic complications (33.3%), round body (out of healthy zone) according to the BRI classification (33.3%), and a high BSI classification (22.2%) were identified.

A high intake of both sodium and lipid/total fat and a low intake of vitamins D

and E were observed. Hormonal therapy users showed a higher percentage of overweight/obesity than non-users (44.4% vs 22.2%). The different EER approaches showed a mean difference of 59 Kcal (range -833 to 673). The nutrient intake results compared with the general Portuguese population showed differences but without statistical significance.

CONCLUSIONS: These results show that transgender individuals need a comprehensive nutritional status assessment and a tailored nutrition care process.

PO53. NUTRITIONAL RISK IN HEMODIALYSIS PATIENTS: IS IT INFLUENCED BY THE FUNCTIONAL STATUS?

Joana Breda¹; Joana Jesus¹; Melanie Gomes¹; Ana Dinis¹; Ana Valente¹; Cristina Caetano¹; Inês Ramos¹; Joana Sebastião¹; Mariana Pinto¹; Telma Oliveira¹; Cristina Garagarza^{1,2}

¹ Nutrition Department, Nephrocare Portugal S.A.

² Nutrition Laboratory, Faculty of Medicine, Lisbon University

INTRODUCTION: Malnutrition and functional status impairment are common conditions in hemodialysis (HD) patients.

OBJECTIVES: Evaluate if the functional status influences the nutritional risk in HD patients.

METHODOLOGY: Observational cross-sectional study of a cohort of 236 HD. We assessed the nutritional risk through Malnutrition Screening Tool (MST) and Patient Generated – Subjective Global Assessment Short Form (PG-SGA SF). Functional status was obtained through Barthel Index (BI). Patients with MST ≥ 2 points were classified at risk of malnutrition. Through PG-SGA SF, patients were classified as low (0-3 points), medium (4-8 points) and high risk of malnutrition (≥ 9 points). Spearman correlation and linear regression between nutritional risk assessment tools and the BI were performed. The multivariate model was adjusted to age, gender, dialysis adequacy, dialysis vintage. All statistical tests were performed using SPSS 22.0 software.

RESULTS: Mean age was 69.6 $\pm$ 14.0 years and median HD vintage of 7.1 (2.0-10.0) years. MST classified 52.1% of the patients at risk of malnutrition, whereas with the PG-SGA SF, 39.4% and 14.8% were at medium and high risk of malnutrition, respectively. According to the BI, 49.6% of our population was considered independent, 22.9% had mild dependence, 14.4% moderate, 9.3% severe and 3.8% total dependence.

A negative correlation was found between MST and BI scores ($r=-0.208$; $p=0.001$) and between PG-SGA SF, and the functional status ($r=-0.5$; $p<0.001$). The dependence level was a predictor of higher nutritional risk both measured with the MST [$\beta=-0.205$; CI 95%: -0.010-(-0.002)] and PG-SGA SF [$\beta=-0.412$; CI 95%: -0.076-(-0.042)]. After adjustment the p-value remained statistically significant (MST: $p=0.006$; PG-SGA SF: $p<0.001$).

CONCLUSIONS: More than a half of our patients were at nutritional risk and a half were considered with any grade of dependence. The functional status correlates with patient's nutritional status as HD patients with higher dependence levels are at higher risk of malnutrition.

PO54. OBESITY AND ABDOMINAL FAT IN ADULTS WITH ACHONDROPLASIA

Inês Alves¹; Orlando Fernandes¹; Maria António Castro²; Sofia Tavares³; Cidália D Pereira^{4,5}

¹ Comprehensive Health Research Centre; School of Sport and Health, University of Évora

² School of Health Sciences, Polytechnic Institute of Leiria; RoboCorp lab, Polytechnic Institute of Coimbra

³ School of Social Sciences, University of Évora