

PO121. CARACTERIZAÇÃO DOS HÁBITOS ALIMENTARES DE ALUNOS DO ENSINO PÚBLICO DE SANTA MARIA DA FEIRA

Soraia Gomes Rodrigues¹; Patrícia Padrão²⁻⁴

¹ Câmara Municipal de Santa Maria da Feira

² Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto

³ EPIUnit—Instituto de Saúde Pública da Universidade do Porto

⁴ Laboratório para a Investigação Integrativa e Translacional em Saúde Populacional (ITR)

INTRODUÇÃO: Os hábitos alimentares estabelecidos em idade precoce tendem a manter-se ao longo da vida. Uma alimentação completa, diversificada e equilibrada é fundamental para uma melhor saúde.

OBJETIVOS: Caracterizar os hábitos alimentares de alunos de estabelecimentos de ensino da rede pública do município de Santa Maria da Feira.

METODOLOGIA: Estudo observacional transversal descritivo, no qual os encarregados de educação dos alunos desde o pré-escolar ao ensino secundário foram convidados a preencher um questionário online sobre os hábitos alimentares dos seus educandos. Foram recolhidas informações sociodemográficas, foi questionada a frequência de consumo alimentar (arroz/massa/batata; pão; bolachas; leite; bebida vegetal; iogurte; queijo; charcutaria; pescado; ovos; carne; fruta; sopa; hortícolas; leguminosas; frutos oleaginosos; fast food; doces; refrigerantes), a quantidade de água ingerida/dia e o padrão alimentar.

RESULTADOS: Obtiveram-se dados relativos a 700 alunos (4,8%) do total dos que frequentam o ensino público em Santa Maria da Feira. Destes, 98,2% e 1,8% seguem um padrão omnívoro e vegetariano, respetivamente. O não consumo diário de vários grupos de alimentos atingiu proporções consideráveis de crianças: leguminosas (79,8%), hortícolas (72,2%); arroz, massa ou batata (32,6%); pão (27,6%); leite (25,6%); fruta (19,6%); sopa (20,5%). Cerca de um terço (32,9%) dos alunos reportou nunca consumir frutos oleaginosos, enquanto 89,8% não atinge a ingestão de água recomendada. Observou-se que 37,0%, 30,5% e 20,8% dos alunos consome carne, pescado e ovos mais de 4 vezes por semana, respetivamente. Foi reportado um consumo de pelo menos 1 vez por semana de bolachas (81,2%), charcutaria (68,8%), doces (57,5%); pastelaria (31,3%), refrigerantes/néctares (43,9%) e fast food (18,9%).

CONCLUSÕES: Observou-se a frequente ausência do consumo diário de alimentos essenciais paralelamente a um consumo excessivo de alimentos de baixo valor nutricional e elevada densidade energética. Estes resultados enfatizam a necessidade de desenvolvimento de políticas alimentares no município que incluam programas educacionais para a comunidade educativa.

PO122. O IMPACTO DA INFLAÇÃO NOS HÁBITOS ALIMENTARES DOS ESTUDANTES DO INSTITUTO POLITÉCNICO DE BRAGANÇA, PORTUGAL

Mariana Marques¹; Anna Carolina Cortez-Ribeiro^{2,3}; Vera Ferro-Lebres^{2,3}; Juliana Almeida-de-Souza^{2,3}

¹ Instituto Politécnico de Bragança

² Centro de Investigação de Montanha (CIMO) do Instituto Politécnico de Bragança

³ Laboratório Associado para a Sustentabilidade e Tecnologia em Regiões de Montanha (SusTEC) do Instituto Politécnico de Bragança

INTRODUÇÃO: O custo de vida, especialmente nos preços dos alimentos, aumentou globalmente, registrando o maior aumento desde 1985 no final de 2021. A inflação está diretamente relacionada à situação na Ucrânia, um importante exportador de cereais, cujas perturbações na produção desencadearam um aumento global nos preços, e aos impactos causados pela pandemia da COVID-19.

OBJETIVOS: Este estudo teve como objetivo avaliar as mudanças de estilo de vida autodeclaradas, com foco nos hábitos alimentares, entre os estudantes do Instituto Politécnico de Bragança (IPB) durante o período de inflação em Portugal.

METODOLOGIA: Foi conduzida uma pesquisa transversal entre julho e setembro de 2023, através de um questionário on-line, onde os estudantes do IPB responderam sobre variáveis sociodemográficas e mudanças no estilo de vida, incluindo hábitos alimentares durante o período de inflação. A análise estatística incluiu estatísticas descritivas, testes t pareados e análise de clusters.

RESULTADOS: A amostra foi composta por 391 estudantes. Os participantes, principalmente mulheres (60,4%) e estudantes de licenciatura (83,9%), relataram preocupações significativas com a inflação de preços dos alimentos, com 86,7% experimentando um aumento significativo nos preços. As preocupações com as medidas de resposta à inflação foram notáveis, com 43,2% relatando assistência governamental mínima. Foram observadas mudanças no consumo de alimentos, com diminuições significativas em queijo, carne branca, pão, cereais e itens similares. O consumo de álcool também diminuiu em 30,5%. A insegurança alimentar influenciou significativamente as mudanças no estilo de vida, principalmente no consumo de grupos alimentares, onde indivíduos enfrentando insegurança mostraram variações maiores, na maioria das vezes, com diminuições.

CONCLUSÕES: Este estudo lança luz sobre o impacto profundo da inflação no estilo de vida dos estudantes do IPB. Os resultados destacam a necessidade de intervenções direcionadas para apoiar estudantes enfrentando insegurança alimentar e enfrentar os desafios impostos pelos preços em alta.

PO123. PERCEÇÃO DO CONSUMIDOR SOBRE O VALOR NUTRICIONAL DAS REFEIÇÕES: FOCO NOS ALIMENTOS EM VEZ DE NUTRIENTES

Ada Rocha¹; Elsa Lamy²; Marília Prada³; Cláudia Viegas⁴

¹ GreenUPorto – Sustainable Agrifood Production Research Centre/Inov4Agro, Faculty of Nutrition and Food Sciences of the University of Porto

² Mediterranean Institute for Agriculture Environment and Development of the University of Evora

³ Department of Social and Organizational Psychology, Iscte - Instituto Universitário de Lisboa, CIS_Iscte

⁴ H&TRC—Health & Technology Research Center, ESTeSL—Escola Superior de Tecnologia da Saúde do Instituto Politécnico de Lisboa

INTRODUÇÃO: As preocupações com a alimentação e nutrição fazem parte da realidade dos dias de hoje, existindo cada vez maior atenção por parte do público em relação às características nutricionais dos alimentos que escolhem e consomem. A abordagem focada nos nutrientes é reducionista e dificulta a compreensão sobre a melhor forma de avaliar a sua ingestão alimentar.

OBJETIVOS: Este trabalho pretendeu desenvolver uma abordagem disruptiva para aplicação das recomendações alimentares e comparar a sua compreensão com a abordagem tradicional (declaração nutricional (DN)).

METODOLOGIA: Foi desenvolvida uma infografia (IG) para aplicação das recomendações alimentares veiculadas pela Roda dos Alimentos, a partir dos valores de referência médios para os adultos. Para a comparação das abordagens, foram criadas 4 refeições com composição alimentar e nutricional diferente, 2 das refeições eram completas e equilibradas (M3 e M4) e as outras 2 eram incompletas e desequilibradas (M1 e M2). Foi utilizado um questionário distribuído *online*.

RESULTADOS: Reponderam ao questionário 117 indivíduos, maioritariamente do sexo feminino (81%). Observou-se a classificação das refeições com base na DN obteve pontuações mais elevadas ($M_{equilibrada} = 3.70$, $SE = .11$; $M_{completa} = 4.00$, $SE = .14$) do que com base na IG ($M_{equilibrada} = 3.14$, $SE = .11$; $M_{completa} = 3.29$, $SE = .13$), observando-se ainda que o uso da DN não resulta em diferenças de classificação entre as refeições, enquanto o uso da IG apresenta diferenças estatisticamente significativas ($F(3,237) = 48.90$, $p < .001$, $\eta^2 = .382$).