

¹ Associação Protectora dos Diabéticos de Portugal

² Universidade de Aveiro

³ Escola Nacional de Saúde Pública NOVA

⁴ Fundação Ernesto Roma

⁵ Federação Francesa de Diabetes

⁶ Universidade de Paris Est-Créteil

⁷ Universidade Guastave Eiffel

INTRODUÇÃO: As dietas baseadas em alimentos de origem vegetal (DBV) têm demonstrado resultados positivos na gestão da Diabetes Tipo 2 (DT2). Contudo, a sua adoção continua a ser baixa.

OBJETIVOS: Os objetivos deste trabalho são avaliar as orientações, hábitos, percepção e atitudes de pessoas com DT2 em relação à DBV; e apreciar a recomendação por profissionais de saúde de DBV.

METODOLOGIA: Foi aplicado um questionário online a 242 pessoas adultas com DT2, com a recolha de dados sociodemográficos, de saúde, orientações de consumo alimentar, hábitos alimentares, sensibilização para o consumo de alimentos de origem vegetal, atitudes em relação ao consumo de alimentos de origem vegetal e recomendação de DBV.

RESULTADOS: Em relação às orientações para o consumo de alimentos, os participantes, no âmbito de uma dieta equilibrada, valorizam esta ser saudável (93%) e contribuir para manter a forma (84%). Quanto aos hábitos alimentares, 11% dos participantes excluíram ou gostariam de excluir produtos à base de carne, e 37 % gostariam de os consumir em menor quantidade. Sobre a ingestão de produtos de origem vegetal, 35% dos participantes têm intenção de aumentar o consumo. As dietas mais conhecidas foram a dieta mediterrânica (80%) e a *Low Carb* (51%). Relativamente à dieta planetária, 86% dos participantes mencionaram nunca terem ouvido falar, ou não saberem do que se trata. 61% dos participantes concorda que DBV são uma opção desejável e adequada para pessoas com diabetes, e 50% reporta que estas são recomendadas pelos profissionais de saúde. A dieta planetária encontra-se entre as menos recomendadas (1%).

CONCLUSÕES: Os participantes com DT2 parecem ter uma atitude positiva para o aumento do consumo de produtos de origem vegetal e para a diminuição do consumo de produtos à base de carne, porém existe todo um campo aberto para a sensibilização e promoção dos diferentes tipos de DBV.

PO114. CARACTERIZAÇÃO DAS PRÁTICAS DE SEGURANÇA ALIMENTAR EM EVENTO CULTURAL DE MASSAS - FESTA DOS TABULEIROS 2023

Elsa Curado¹; Mariana Briote²; Paulo Bastos¹

¹ Unidade de Saúde Pública da Unidade Local de Saúde do Médio Tejo, E.P.E.

² Núcleo de Nutrição - Unidade de Recursos Assistenciais Partilhados, Cuidados de Saúde Primários da Unidade Local de Saúde do Médio Tejo, E.P.E.

INTRODUÇÃO: A Festa dos Tabuleiros, Património Cultural Imaterial da Humanidade, é um dos maiores eventos culturais do mundo e ocorre na cidade de Tomar a cada 4 anos, atraindo mais de meio milhão de visitantes. A segurança alimentar em eventos de massas deve ser uma preocupação central, já que qualquer incidente pode afetar um grande número de pessoas.

OBJETIVOS: Avaliar as práticas de higiene e segurança alimentar aos estabelecimentos de restauração (fixos e itinerantes) na cidade de Tomar.

METODOLOGIA: Foram realizadas vistorias por equipa multidisciplinar, composta por nutricionista, técnicos de saúde ambiental e médicos de saúde pública, no período de 29 de junho a 6 de julho de 2023. A recolha de dados foi feita através da aplicação de uma *checklist* desenvolvida pelos investigadores, composta por 15 parâmetros de avaliação com respostas "Conforme" e "Não conforme" e uma escala global tipo *Likert*, variando de 1 a 5, em que 1 = Não aceitável e 5 = Excelente.

RESULTADOS: Neste estudo, foram realizadas 79 vistorias, divididas entre estabelecimentos fixos (38) e itinerantes (41). Nos estabelecimentos fixos, foram realizadas apenas primeiras avaliações, resultando numa média de classificação global de 4. Quanto às vistorias nos estabelecimentos itinerantes, realizaram-se 24 primeiras avaliações, sendo necessário repetir 17 vistorias para validar as melhorias implementadas. A média de classificação para as 41 vistorias aos estabelecimentos itinerantes foi de 3. Nas segundas avaliações, verificaram-se melhorias significativas em vários parâmetros de avaliação, tais como registos de limpeza e temperatura, circuito de fluxo unidirecional, caixa de primeiros socorros, identificação de alimentos por etiquetas e utilização de touca.

CONCLUSÕES: O incumprimento dos critérios de higiene e segurança alimentar apresentou uma prevalência maior de não conformidades em unidades móveis em comparação com estabelecimentos fixos. Destaca-se a necessidade de realizar vistorias regulares em todos os estabelecimentos de restauração em eventos de massas para garantir a segurança dos cidadãos.

PO116. HÁBITOS ALIMENTARES E CONHECIMENTOS SOBRE ALIMENTOS ULTRA-PROCESSADOS EM ADOLESCENTES: PROJETO ULTRATEEN

Filipa Dantas Pereira¹; Mariana Monteiro¹; Marta Gaspar¹; Inês Jorge¹; Rui Poínhos¹; Bruno MPM Oliveira^{1,2}; Sara Rodrigues^{1,3,4}; Cláudia Afonso^{1,3,5}

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

² Laboratório de Inteligência Artificial e Apoio à Decisão (LIAAD) – INESC TEC

³ EPIUnit - Unidade de Investigação em Epidemiologia, Instituto de Saúde Pública da Universidade do Porto

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

⁵ GreenUPorto - Centro de Investigação em Produção Agroalimentar Sustentável/ Inov4Agro, DGAOT, Faculdade de Ciências da Universidade do Porto

INTRODUÇÃO: Os alimentos ultra-processados (AUP) contribuem para, aproximadamente, 10,6% do total de energia consumida diariamente pela população portuguesa, sendo esta contribuição superior em crianças e adolescentes. A evidência científica destaca que o consumo regular de AUP está associado a uma pior qualidade nutricional na dieta, relacionando-se com aumento do risco para a saúde.

OBJETIVOS: Avaliar os conhecimentos e o consumo de AUP, em adolescentes, alunos do 2.º e 3.º Ciclos do Ensino Básico e do Ensino Secundário, de escolas públicas dos municípios da Maia e Trofa, Portugal.

METODOLOGIA: Neste estudo epidemiológico observacional descritivo, de desenho transversal, foi aplicado de forma direta um questionário de avaliação dos conhecimentos sobre AUP e do consumo destes, em adolescentes, entre os 10 e os 19 anos de idade, de escolas públicas dos municípios da Maia e Trofa. Foram desenvolvidos dois scores para sistematização dos resultados, um relativo aos conhecimentos sobre AUP e outro sobre o consumo alimentar.

RESULTADOS: Foi encontrada uma associação positiva ainda que fraca ($r_p = 0,159$; $p < 0,001$) entre os conhecimentos sobre AUP e o consumo alimentar. Na média dos dois scores, foram encontradas diferenças significativas entre os alunos do sexo masculino e os alunos do sexo feminino (score dos conhecimentos sobre AUP - sexo masculino: $10,71 \pm 2,52$; sexo feminino: $11,69 \pm 3,65$; $p = < 0,001$) (score do consumo alimentar - sexo masculino: $20,75 \pm 4,82$; sexo feminino: $22,17 \pm 5,08$; $p < 0,001$). Foi encontrada uma associação positiva, ainda que fraca ($r_p = 0,160$; $p < 0,001$), entre o score de conhecimentos sobre AUP e a idade dos alunos.

CONCLUSÕES: O consumo de AUP é elevado nos alunos incluídos neste estudo, embora relatem que têm conhecimento sobre o que são AUP e a maioria considere que o seu consumo regular é prejudicial para a saúde.