

inadequado reduz a exposição das crianças, o que pode conduzir a uma diminuição no seu consumo, ajudando a reduzir a prevalência de problemas de saúde, principalmente relacionados com sobrepeso/obesidade. Neste contexto, Portugal publicou em 2019 uma legislação que estabelece restrições à publicidade de alimentos e bebidas que contêm elevados valores de alguns componentes, destinados a crianças menores de 16 anos.

OBJETIVOS: Recolher informações nutricionais de rótulos de alimentos, de seis categorias diferentes, e comparar os valores de energia, gordura saturada, açúcar e sal com os valores limite definidos pela nova legislação, visando caracterizar a realidade nacional no momento da sua implementação.

METODOLOGIA: Realizou-se uma comparação entre os valores nutricionais rotulados de bolachas e biscoitos (Bolachas&B); snacks e batatas fritas (Snacks&B); leites aromatizados (LeitesAromat); refrigerantes (Refrig); cereais de pequeno-almoço (CereaisPA) e iogurtes sólidos e líquidos (Iogrt.S&L) com os limites correspondentes, definidos pelo novo modelo de perfil nutricional. Os dados foram recolhidos, em 2019, de sites de diferentes distribuidores alimentares nacionais.

RESULTADOS: Foram recolhidos dados de 636 Bolachas&B; 118 Snacks&B; 31 LeitesAromat; 171 Refrig; 170 CereaisPA; e 504 Iogrt.S&L. Face à nova legislação, verificou-se que apenas: 0% (Bolachas&B); 0% (Snacks&B); 3,2% (LeitesAromat); 19,9% (Refrig); 14,7% (CereaisPA); e 32,7% (Iogrt.S&L) estão dentro dos valores limite definidos para os vários componentes, avaliados conjuntamente para cada categoria de alimentos.

CONCLUSÕES: A maioria dos alimentos avaliados não pode ser anunciada a crianças menores de 16 anos, sendo que nenhum dos produtos das categorias Bolachas&B e Snacks&B cumpre com os limites definidos. Esta comparação permite acompanhar a evolução dos produtos, com o objetivo de promover a melhoria dos hábitos alimentares e da saúde das crianças.

PO78. CARACTERIZAÇÃO DA OFERTA ALIMENTAR EM ESTRUTURAS RESIDENCIAIS PARA IDOSOS NO NORTE DA PENÍNSULA IBÉRICA

Paéz N¹; Silveira J²; Romero-Rodríguez MA¹; Vázquez-Odériz ML¹; Pimenta-Martins A²; Gomes A²; Amorim I³; Silva A³; Pinto E^{2,4}

¹ Departamento de Química Analítica, Nutrición y Bromatología, Facultad de Ciencias da Universidade Santiago Compostela

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

³ Santa Casa da Misericórdia do Porto

⁴ EPIUnit – Instituto de Saúde Pública da Universidade do Porto

INTRODUÇÃO: Tradicionalmente, na Galiza e no Norte de Portugal praticava-se um padrão alimentar Atlântico, ainda que algumas nuances fossem expectáveis devido a tradições locais, hábitos, preferências e crenças religiosas.

OBJETIVOS: Avaliar e comparar a oferta alimentar dos menus oferecidos em três residências de idosos da Galiza e em três do Grande Porto.

METODOLOGIA: Avaliaram-se os menus rotativos de cada residência, para a dieta geral (de cinco e seis semanas em Espanha e Portugal, respetivamente). Comparou-se essencialmente as refeições principais, almoço e jantar. Teve-se em conta o número de refeições diárias, o tipo de preparação culinária, os componentes do prato e a sobremesa. Este estudo insere-se no projeto NUTRIAGE.

RESULTADOS: Na Galiza oferecem-se 3-4 refeições por dia, enquanto que em Portugal se oferecem também merenda da manhã e ceia. Nas refeições principais, em Portugal, a refeição começa quase sempre por sopa de legumes, enquanto que na Galiza este primeiro prato poderá ser constituído por hortícolas salteados/guisados ou saladas. No Grande Porto, a principal fonte proteica é carne ou pescado e na Galiza os ovos também são frequentes. O arroz é frequente nas residências portuguesa e na Galiza as massas são mais frequentes. As batatas estão sempre presentes, como característico da dieta Atlântica. As técnicas

culinárias mais utilizadas em Portugal são os estufados e os fritos, enquanto que na Galiza predominam os cozidos. De salientar a presença frequente de iogurte ou queijo como sobremesa ao jantar na Galiza, hábito inexistente em Portugal.

CONCLUSÕES: As principais diferenças encontradas dizem respeito ao número de refeições diárias e à presença de produtos lácteos na Galiza. Nas residências espanholas existe maior variedade de entradas e sobremesas servidas, bem como das principais fontes proteicas. Em ambos se destaca o elevado consumo de batata, pescado, hortícolas e preparações culinárias como cozidos e estufados, característicos do padrão alimentar Atlântico.

PO79. CLINICAL STATUS, MALNUTRITION AND CARDIOVASCULAR RISK IN OLDER ADULTS LIVING IN THE COMMUNITY. RESULTS OF THE PRONUTRISENIOR PROJECT*

Leandro Oliveira¹; Rui Poínhos¹; Maria Daniel Vaz de Almeida^{1,2}

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

² Centro de Investigação em Produção Agroalimentar Sustentável

INTRODUCTION: Chronic diseases, such as cardiovascular disease, obesity and diabetes, are the main causes of death and disability in the world. The study of factors that contribute to prevent and minimize the consequences of chronic diseases is important for planning clinical and community interventions.

OBJECTIVES: To relate the clinical status with malnutrition and cardiovascular risk in community-living older adults.

METHODOLOGY: A representative sample of 602 older adults (≥ 65 years) living in the community was selected and an interview-assisted questionnaire was used to collect the data by trained nutritionists in a face-to-face situation. Anthropometric assessments included: height and weight (from which the Body Mass Index - BMI was calculated) and waist circumference. BMI and Cardiovascular Risk were classified, respectively, using the criteria of Lipschitz (1994) and DGS (2005). The Mini Nutritional Assessment® was used to assess nutritional status.

RESULTS: Participants were aged on average 73 years (SD = 6); the majority were women (64.0%), married (67.8%) and lived in their own home (80.2%). Older adults who reported not having suffered from strokes, gastrointestinal diseases, osteoarticular diseases, stress/ depression/ anxiety or insomnia had a higher prevalence of "adequate nutritional status". Older adults who reported suffering from diabetes mellitus, high blood pressure, overweight/ obesity had a higher prevalence of very increased cardiovascular risk, and those who reported being overweight/ obese had, in addition to these, a higher prevalence of osteoarticular diseases.

CONCLUSIONS: There has been a high prevalence of diseases related to food (cardiovascular diseases, diabetes ...) reinforces the need and importance of the intervention of the nutritionist as a professional promoting health and healthy eating habits.

* The PRONUTRISENIOR project was funded by Iceland, Liechtenstein and Norway through the EEA Grants (PT06 - Public Health Initiative Program, reference 81NU5)

PO80. ULTRA-PROCESSED FOOD CONSUMPTION AND DIET QUALITY IN ADULTS AND ELDERLY IN PORTUGAL: THE UPPER PROJECT

Renata Costa de Miranda¹; Fernanda Rauber^{1,2}; Milena Moraes³; Sara Rodrigues⁴; Renata Bertazzi Levy¹

¹ Department of Preventative Medicine, Faculty of Medicine of University of Sao Paulo

² Department of Nutrition, School of Public Health of University of Sao Paulo

³ Faculty of Nutrition and Food Science of University of Porto

⁴ EPIUnit - Institute of Public Health of University of Porto

on behalf of UPPER project