

PO26. DETERMINANTES DOS HÁBITOS ALIMENTARES DE ASSISTENTES PESSOAIS

Filipa Pinto Correia¹; Beatriz Teixeira¹⁻³; José Manuel Silva⁴; Rui Póinhos¹; Cláudia Afonso^{1-3,5}

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

² Unidade de Investigação em Epidemiologia, Instituto de Saúde Pública, Universidade do Porto

³ Laboratório para a Investigação Integrativa e Translacional em Saúde Populacional

⁴ Escola Superior Saúde Santa Maria

⁵ Centro de Investigação em Produção Agroalimentar Sustentável

INTRODUÇÃO: As pessoas com incapacidade ou com deficiência podem depender de Assistentes Pessoais (AP) que, pela sua categoria profissional, apoiam a realização das diversas atividades do seu dia a dia. Este trabalho implica, frequentemente, que o AP negligencie as suas próprias necessidades, podendo adquirir hábitos alimentares pouco saudáveis.

OBJETIVOS: Caracterizar os hábitos alimentares dos AP e estudar os seus fatores associados.

METODOLOGIA: Trata-se de um estudo transversal observacional, efetuado em 135 AP. Os hábitos alimentares foram avaliados através da escala "Avaliação breve e inicial dos hábitos alimentares para abordagem inicial" (0 a 22 pontos, correspondendo uma pontuação ≥ 18 a adesão elevada a hábitos alimentares saudáveis, 8 a 17 pontos a adesão moderada e ≤ 7 a baixa adesão). Os fatores associados avaliados foram: sexo, idade, escolaridade, prática de atividade física, hábitos tabágicos e alcoólicos e peso e estatura autorreportados, para posterior cálculo do Índice de Massa Corporal.

RESULTADOS: Os hábitos alimentares pontuaram em média 14,8 (DP = 3,1) sendo que a maior parte dos participantes (79,6%) apresentou um nível médio de adesão a hábitos alimentares saudáveis, sendo uma adesão elevada encontrada em 19,0%. As mulheres apresentavam pontuação média mais elevada (14,9; DP = 3,1), ainda que sem diferenças significativas face aos homens (14,45; DP = 3,2; $p = 0,525$). Participantes mais velhos apresentaram hábitos alimentares mais saudáveis ($r = 0,21$, $p = 0,023$). Não foram encontradas associações com significado estatístico entre hábitos alimentares e a escolaridade, consumo de tabaco e álcool, sendo aqueles que praticavam atividade física apresentaram uma maior pontuação média (15,5 vs. 14,3; $p = 0,035$).

CONCLUSÕES: Hábitos alimentares mais saudáveis associaram-se positivamente com a idade e à prática de atividade física. Promover a saúde destes profissionais torna-se essencial para uma prestação de cuidados a terceiros com qualidade.

PO27. ESTUDO DO ÍNDICE DE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL (HEI-2015) DURANTE O 1.º CONFINAMENTO POR COVID-19

Ana Margarida Machado¹; Vera Ferro Lebres^{1,2}; Carla Correia de Sá^{1,3}

¹ Instituto Politécnico de Bragança

² Centro de Investigação de Montanha, Instituto Politécnico de Bragança

³ Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano, Universidade da Maia

INTRODUÇÃO: A avaliação dos hábitos alimentares em quarentena obrigatória, segundo um SCORE que avalia a qualidade da dieta, a sua relação com o isolamento social e os distúrbios alimentares é escassa, tornando pertinente este trabalho.

OBJETIVOS: Comparar a pontuação do SCORE HEI-2015 antes e durante o 1.º confinamento devido à pandemia COVID-19 tendo em conta características sociodemográficas e o estilo de vida da amostra, em Portugal.

METODOLOGIA: 862 indivíduos, com idades compreendidas entre os 10-66 anos participaram no estudo, tendo sido excluídos participantes que não se

encontravam em quarentena e com perda de seguimento. A amostra final é constituída por 55 intervenientes que responderam devidamente a todos os questionários. Estudo de coorte longitudinal. Aplicação de 1 questionário, dividido em 4 partes (Parte 1 e 2: questões sociodemográficas/contexto de confinamento; Parte 3 e 4: Perguntas adaptativas do Recordatório 24h antes e durante a quarentena, respetivamente), via *online*.

RESULTADOS: A pontuação média do SCORE pré e pós confinamento é 49,3($\pm 14,8$) e 52,3($\pm 12,9$), respetivamente. O SCORE relativo ao consumo antes do confinamento foi significativamente elevado no grupo que reside em meio urbano e significativamente baixo no grupo onde a mãe era responsável pela aquisição de alimentos. O SCORE que avalia o consumo durante o confinamento foi mais elevado nos solteiros e mais baixo em quem apresenta dificuldades nas entregas de alimentos em casa. Os que praticavam exercício físico antes e durante a quarentena têm melhor SCORE antes e durante a quarentena relativamente a quem não pratica. Os que praticam exercício físico 4-5 vezes p/ semana antes e durante têm piores resultados antes da quarentena relativamente a outras frequências.

CONCLUSÕES: Não se verificou diferença significativamente estatística na qualidade da dieta antes e durante a quarentena. Conclusões mais robustas permitiriam ações de saúde pública mais bem desenhadas, minimizando o impacto negativo da quarentena na saúde alimentar.

PO28. ESTUDO DOS DETERMINANTES SOCIODEMOGRÁFICOS, DE ESTILOS DE VIDA E DE ADIPOSIDADE GERAL ASSOCIADOS À SOBRECARGA EMOCIONAL DE ASSISTENTES PESSOAIS

Filipa Pinto Correia¹; Beatriz Teixeira¹⁻³; José Manuel Silva⁴; Rui Póinhos¹; Cláudia Afonso^{1-3,5}

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

² Unidade de Investigação em Epidemiologia, Instituto de Saúde Pública, Universidade do Porto

³ Laboratório para a Investigação Integrativa e Translacional em Saúde Populacional

⁴ Escola Superior Saúde Santa Maria

⁵ Centro de Investigação em Produção Agroalimentar Sustentável

INTRODUÇÃO: As pessoas com incapacidade ou com deficiência dependem frequentemente de Assistentes Pessoais (AP) que, pela sua categoria profissional, apoiam a realização das diversas atividades do seu dia a dia. Esta atividade profissional pode implicar uma sobrecarga emocional que se encontra muitas vezes associada à negligência das suas próprias necessidades, comprometendo diretamente a sua saúde e indiretamente a sua prestação de cuidados.

OBJETIVOS: Estudar os determinantes sociodemográficos, de estilos de vida e de adiposidade geral associados à sobrecarga emocional em AP.

METODOLOGIA: Trata-se de um estudo transversal observacional, com um tamanho amostral de 135 AP. A sobrecarga emocional foi avaliada através da escala "Zarit Burden Interview: 4-item version". Os fatores associados avaliados foram: sexo, idade, escolaridade, prática de atividade física, hábitos alimentares, tabágicos e alcoólicos e peso e estatura autorreportados, para posterior cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC).

RESULTADOS: Dos inquiridos, 23,1% apresentavam sobrecarga emocional, sendo maioritariamente (85,7%) mulheres ($p = 0,015$). A idade não se associou significativamente à sobrecarga emocional ($r = -0,044$; $p = 0,629$) e associou-se positivamente com a escolaridade ($r = 0,197$; $p = 0,030$). Não foi encontrada associação da sobrecarga emocional com os estilos de vida, hábitos alimentares, prática de atividade física e consumo de álcool ou IMC.

CONCLUSÕES: Verificamos uma maior sobrecarga emocional nas mulheres e nos AP com maior escolaridade. Pelas características da sua atividade profissional,