

index (ALMI) (OR 0.284), but higher fat-free mass (OR 1.114), bone mass (OR 3.625), and lean mass (OR 1.119). Comparing diet quality, participants following a low-quality VEG diet exhibited lower WC (OR 0.93 9), BMI (OR 0.761), VAT (OR 0.998), SAT (OR 0.999), and ALMI (OR 0.346) compared to those in the low-quality OMN group. A high-quality VEG diet was associated with lower WC (OR 0.839), fat mass (OR 0.721), VAT (OR 0.997), and SAT (OR 0.996), alongside higher fat-free mass (OR 1.390) and lean mass (OR 1.428) than the high-quality OMN group.

CONCLUSIONS: A high-quality diet, regardless of dietary pattern, significantly improves body composition. Nevertheless, the VEG diet seems to provide greater benefits over the OMN diet. These findings highlight the importance of diet quality in optimizing body composition and overall health.

PO98. DIETA E ACNE: COMPARAÇÃO DOS EFEITOS NA ADOLESCÊNCIA E NA IDADE ADULTA

Madalena Sousa¹; Cíntia Ferreira-Pêgo²

¹ Escola de Ciências e Saúde e Tecnologias da Universidade Lusófona

² CBIOS – Universidade Lusófona's Research Center for Biosciences & Health Technologies

INTRODUÇÃO: A relação entre dieta e acne tem sido amplamente estudada devido ao impacto na saúde da pele e bem-estar emocional. A acne é uma condição multifatorial, influenciada por fatores hormonais, genéticos e ambientais, incluindo a alimentação. Alimentos como laticínios e de alto índice glicémico são frequentemente associados ao agravamento da acne.

OBJETIVOS: Investigar a percepção de jovens e adultos sobre a influência de diferentes alimentos no agravamento da acne e identificar padrões alimentares relacionados à condição.

METODOLOGIA: Foi realizado um estudo transversal descritivo com 126 participantes (18 e 35 anos) através de um questionário *online*. Foram recolhidos dados sobre características sociodemográficas, tipo de pele, frequência de consumo alimentar e percepção sobre o agravamento da acne após o consumo de certos alimentos. Os participantes foram divididos em dois grupos: acne ativa e sem acne ativa. Os grupos de alimentos analisados incluíram laticínios, gorduras, ultraprocessados e *snacks* salgados.

RESULTADOS: O consumo de leite meio-gordo foi percebido pelos participantes como um fator associado ao agravamento da acne, com diferença estatisticamente significativa entre grupos ($p=0,001$). Não foram encontradas associações relativamente ao queijo ($p=0,738$), chocolates e doces de pastelaria ($p>0,005$). A população em geral (76,98%) acreditava na influência da dieta, mas apenas 35,51% desta alteraram hábitos alimentares. O grupo com acne ativa apresentou maior prevalência de pele oleosa (92,75%) e pigmentada (88,41%; $p=0,003$).

CONCLUSÕES: Os resultados reforçam a percepção generalizada de que grande parte dos indivíduos acredita na influência da alimentação na acne, mas poucos adotam mudanças nos seus hábitos. A associação percebida entre o consumo de leite e o agravamento da acne sugere a necessidade de mais investigação e um olhar atento da nutrição clínica sobre o tema. Estes resultados destacam a importância da educação alimentar na gestão da acne, destacando um campo promissor para futuras pesquisas e estratégias de intervenção.

PO99. RELAÇÃO ENTRE A INSEGURANÇA ALIMENTAR E O RISCO DE MALNUTRIÇÃO NAS FAMÍLIAS BENEFICIÁRIAS DO BANCO ALIMENTAR CONTRA A FOME DO ALGARVE

Susana Alexandre¹; Leonor Vieira²; Diego Linares²; Nuno Alves²; Maria Palma Mateus^{1,3}

¹ Escola Superior de Saúde da Universidade do Algarve

² Banco Alimentar Contra a Fome do Algarve, Serviço de Qualidade e Nutrição

³ Algarve Biomedical Center Research Institute—ABC-RI

INTRODUÇÃO: A Insegurança Alimentar (IA) está associada a carência e/ou a hábitos alimentares pouco saudáveis, comprometendo o estado nutricional e de saúde das comunidades afetadas. Considerando o aumento da IA e da pobreza em Portugal, principalmente na região do Algarve, é essencial a implementação de ferramentas de monitorização deste problema de Saúde Pública, de modo a desenvolver estratégias educativas nesse sentido e incluir intervenções a nível nutricional e alimentar. O trabalho desenvolvido pelo Banco Alimentar Contra a Fome do Algarve (BACFAlg) é pioneiro na luta contra a fome na região, contribuindo para os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS). **OBJETIVOS:** Divulgar a estratégia desenvolvida para analisar a relação entre a IA e o Risco de Malnutrição nas famílias beneficiárias do BACFAlg, de modo a desenvolver intervenções direcionadas para o combate a este problema de Saúde Pública.

METODOLOGIA: Desenvolvimento de um estudo descritivo longitudinal, com recurso à aplicação de um questionário destinado à recolha de dados sociodemográficos e de avaliação do risco nutricional através do *Malnutrition Universal Screening Tool* (MUST) e da Escala de Insegurança Alimentar, de modo a compreender e analisar a possível relação entre a IA e o Risco de Malnutrição no grupo-alvo.

RESULTADOS: O projeto encontra-se em fase de desenvolvimento, pelo que ainda não existem resultados estatísticos concretos. No entanto considera-se essencial a sua divulgação, considerando a relevância do seu contributo para a Saúde Pública em Portugal e a atualidade do tema.

CONCLUSÕES: O estudo em desenvolvimento pretende contribuir para conhecer o nível de IA e Risco de Malnutrição nas famílias beneficiárias do BACFAlg, bem como para perceber a relação entre ambas, de modo a implementar estratégias educativas e preventivas de saúde pública adequadas, contribuindo para alcançar os ODS.

PO100: RESULTADOS DO ACOMPANHAMENTO NUTRICIONAL DE UTENTES COM SOBRECARGA PONDERAL NOS CUIDADOS DE SAÚDE PRIMÁRIOS: DADOS DA CONSULTA DE NUTRIÇÃO DA ULS PÓVOA DE VARZIM/VILA DO CONDE – UNIDADE DE VILA DO CONDE

Lara Costa¹; Francisca Ribeiro Costa^{1,2}

¹ Unidade Local de Saúde Póvoa de Varzim/Vila do Conde

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

INTRODUÇÃO: A obesidade representa uma das principais preocupações de saúde pública a nível mundial, dado o aumento exponencial da sua prevalência. Paralelamente, é reconhecida como um fator de risco significativo para o desenvolvimento de diversas comorbidades, sendo classificada pela Organização Mundial de Saúde (OMS) como uma epidemia. Nesse contexto, a intervenção de nutricionistas nos Cuidados de Saúde Primários assume uma importância crucial para o controlo e gestão eficaz desta condição.

OBJETIVOS: Avaliar e comparar a evolução ponderal e os comportamentos alimentares de utentes referenciados para perda ponderal na consulta de nutrição.

METODOLOGIA: Estudo observacional, longitudinal e retrospectivo. Este estudo incluiu utentes, de ambos os géneros, com idades entre 18 e 64 anos e índice de massa corporal (IMC) ≥ 25 kg/m², seguidos na consulta de nutrição da ULS Póvoa de Varzim/Vila do Conde – Unidade de Vila do Conde. Foram recolhidos do SClínico – módulo de nutrição, dados da 1ª consulta e da consulta seguinte, num intervalo temporal de 2 a 3 meses relativos a antropometria, hábitos alimentares e prática de atividade física.

RESULTADOS: Este estudo avaliou 102 utentes, com média de idade de 44 anos e predominância do sexo feminino. As principais comorbidades reportadas foram dislipidemia, hipertensão arterial (HTA) e diabetes. De forma geral,

verificaram-se melhorias não só no que diz respeito ao peso, mas também nos hábitos alimentares, com aumento do consumo diário de pequeno-almoço, de sopa e hortícolas, especialmente ao jantar. Além disso, o consumo de água foi melhorado, com mais utentes a atingir as quantidades recomendadas. Quanto à prática de atividade física, verificou-se um aumento significativo no número de utentes que passaram a praticar exercício regularmente.

CONCLUSÕES: Estes resultados evidenciam que intervenções nutricionais e comportamentais podem ser eficazes na promoção de hábitos mais saudáveis, com benefícios claros na melhoria do estado de saúde geral dos utentes.

PO101. THROUGH THEIR EYES: EXPERIENCES OF FOOD INSECURITY AMONG PUBLIC ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS IN APARECIDA DE GOIÂNIA, BRAZIL

Shannon Perrone¹; Tatianne Ferreira de Oliveira¹; Ana Clara Rosa Abreu²

¹ Graduate Program of the Department of Food Science and Technology, College of Agronomy of the Federal University of Goiás

² College of Nutrition of the Federal University of Goiás

INTRODUCTION: Childhood food insecurity is commonly evaluated worldwide through household surveys, yet there is no standardized survey administered directly to children to capture their perspectives. In Brazil, nearly a quarter of children live in food-insecure households, with data typically reported by caregivers. However, studies assessing children's firsthand experiences with food insecurity in Brazilian public schools, particularly in relation to school meal consumption, are scarce.

OBJECTIVES: This study aimed to evaluate the perspectives of elementary school children in Aparecida de Goiânia regarding their experiences with food insecurity.

METHODOLOGY: Participants were recruited through school presentations, parent conferences (for consent), and online communication in 2024. Surveys were administered over four months by a local nonprofit team of nutrition education specialists and the research authors. The questionnaire included student demographic and school meal consumption questions developed by the authors, and a food insecurity assessment adapted from UNICEF's How to Measure Child Experiences of Food Insecurity pamphlet.

RESULTS: In total, 173 children (ages 6-14) from two public schools participated. Among them, 14.5% experienced severe food insecurity, 39.9% moderate, 39.3% mild, and only 6.4% were food secure. Meal consumption correlated with food security classification, with the percentage of students eating 4+ meals per day dropping from 60% (food secure) to 40% (mild food insecurity). The proportion of students consuming 0-1 meals per day on weekends more than doubled in the severe food insecurity group. Additionally, 73% of food-secure students reported never feeling hungry before bed, while the majority of mildly (51%), moderately (68%), and severely (68%) food-insecure students answered "yes."

CONCLUSIONS: These findings highlight the importance of child-centered food insecurity assessments, particularly regarding meal consumption. Similar studies could allow for school meal programs to evaluate efficacy relating to food insecurity. Expanding similar research across Brazil and internationally could provide valuable comparative data on childhood food insecurity.

PO102. JANTAR E LANCHES NOTURNOS: COMO A ALIMENTAÇÃO NO FIM DO DIA SE RELACIONA COM O EXCESSO DE PESO EM ESCOLARES BRASILEIROS?

Mayara Luiza Vermohlem Garcia¹; Luciana Jeremias Pereira²; Francilene Gracieli Kunradi Vieira¹; Patrícia de Fragas Hinnig^{1,3}

¹ Programa de Pós Graduação em Nutrição, Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal de Santa Catarina

² Prefeitura Municipal de Governador Celso Ramos, Governador Celso Ramos

³ Departamento de Nutrição da Universidade de Brasília

INTRODUÇÃO: O aumento da prevalência de excesso de peso em escolares é um grave problema de saúde global. Estudos têm investigado a relação entre crononutrição e o desenvolvimento do excesso de peso, sugerindo que, além da quantidade e qualidade dos alimentos, o horário de ingestão também influencia na manutenção do peso.

OBJETIVOS: Verificar se o consumo de alimentos e bebidas no jantar e lanche da noite estão associados ao excesso de peso em escolares de uma cidade no sul do Brasil.

METODOLOGIA: Estudo transversal com 1379 escolares de 7 a 14 anos do Estudo de Prevalência da Obesidade em Crianças e Adolescentes de Florianópolis, Estado de Santa Catarina, Brasil. O status de peso foi avaliado pelo Índice de Massa Corporal, classificado conforme o z-score para idade da Organização Mundial da Saúde. O consumo alimentar foi obtido por meio do questionário *online* Web-CAAFE. Utilizou-se regressão logística multivariada para verificar a associação entre o consumo alimentar no jantar e lanche da noite com o excesso de peso.

RESULTADOS: 33,8% dos escolares tinham excesso de peso. Observou-se que uma maior contribuição percentual de consumo de carnes, ovos e frutos do mar no jantar foi positivamente associado ao excesso de peso (OR: 1,61; IC95%: 1,27-2,04; p=0,001), em contrapartida, uma maior contribuição percentual de consumo de água no jantar e laticínios no lanche da noite estava negativamente associado ao excesso de peso (OR: 0,67; IC95%:0,46-0,97; p=0,039 e OR: 0,61; IC95%:0,42-0,97; p=0,016, respetivamente).

CONCLUSÕES: Os resultados indicam associações entre o consumo alimentar nas refeições noturnas e o excesso de peso em escolares brasileiros. Além disso, o estudo mostra como as refeições noturnas podem influenciar no balanço energético e na regulação metabólica.

PO103. OBESIDADE E HIPERTENSÃO ARTERIAL NA SAÚDE INFANTIL

Helena Maia¹; Maira Caires¹; Sara Andrade¹; Sara Neves¹

¹ Unidade de Saúde Familiar Torre da Marinha da Unidade Local de Saúde Almada-Seixal

INTRODUÇÃO: Em Portugal, a prevalência de sobrepeso (excesso de peso e obesidade) tem vindo a aumentar em crianças e adolescentes com início em idade cada vez mais precoce. Sabe-se que as crianças obesas apresentam valores mais elevados de pressão arterial (PA), indicando alguns estudos que a prevalência de hipertensão arterial (HTA) é diretamente proporcional ao índice de massa corporal (IMC).

OBJETIVOS: Determinar a prevalência de excesso de peso, obesidade, pré-HTA e HTA bem como verificar a relação entre sobrepeso e HTA numa amostra de crianças com idade compreendida entre os 6 e os 8 anos na USF Torre da Marinha.

METODOLOGIA: Foi selecionada uma amostra aleatória de 170 crianças com idade entre 6 e 8 anos e cuja consulta de vigilância de saúde infantil foi realizada entre 1 janeiro de 2023 e 30 de junho de 2024, na USF Torre da Marinha. Foi realizada uma análise descritiva para caracterização da amostragem, cálculo de prevalências e aplicou-se o teste de correlação de *Spearman* (nível de significância de 0,05). Utilizaram-se os z-score e os percentis da Organização Mundial da Saúde para a avaliação do cálculo do IMC.

RESULTADOS: Na amostra selecionada, verificou-se uma prevalência de 24,12% de sobrepeso, com 16% das crianças já com obesidade. No que consta à PA, constatou-se que 25,88% das crianças apresentava alterações da PA, com 7,65% com diagnóstico de HTA. No entanto, não se verificou correlação estatisticamente significativa entre IMC e PA.