

RevSALUS

Revista Científica da Rede Académica das
Ciências da Saúde da Lusofonia

3^a RACS 2020

3^a Reunião Internacional
Rede Académica
das Ciências da Saúde
da Lusofonia



Rede Académica
das Ciências da Saúde
da Lusofonia

COM O ALTO PATROCÍNIO
DE SUA EXCELÊNCIA



O Presidente da República

Ficha Técnica

Suplemento da *RevSALUS*
Revista Científica Internacional
da RACS

Periodicidade
Quadrimestral

ISSN
2184-4860

Design
João Teles
Paula Cruz

Paginação
Vossa.pt

Publicação da *RevSALUS* na página
electrónica da RACS
(<http://racslusofonia.org>)

Publicação integral, em acesso
aberto, de todos os números e
artigos da revista

Endereço e contatos

RACS, Edifício INOPOL,
Campus da Escola Superior Agrária,
Instituto Politécnico de Coimbra,
Quinta da Bencanta, 3045-601
Coimbra

Telefone: (+351) 239 802 350

Telemóvel: (+351) 915 677 972

Email: geral.revsalus@racslusofonia.org

Site: <http://racslusofonia.org/>

Sumário

6

Editorial do Presidente da Direção da RACS

7

Editorial do Presidente da Comissão Organizadora da 3ª rRACS, 2020

8

Comissão de Honra da 3ª Reunião Internacional da RACS, 2020

9

Comissão Organizadora da 3ª Reunião Internacional da RACS, 2020

11

Resumos Científicos da 3ª Reunião Internacional da RACS, 2020

12

Comunicações Orais

Ciências Dentárias | Ciências Farmacêuticas | Ciências Médicas |
Ciências da Nutrição | Ciências da Visão | Enfermagem |
Psicologia da Saúde | Saúde e Ambiente |
Tecnologias de Diagnóstico e Terapêutica |
Terapêuticas não Convencionais | Terapia e Reabilitação

197

Pósteres Científicos

Ciências Dentárias | Ciências Farmacêuticas | Ciências Médicas |
Ciências da Nutrição | Enfermagem | Psicologia da Saúde |
Saúde e Ambiente | Tecnologias de Diagnóstico e Terapêutica |
Terapêuticas não Convencionais | Terapia e Reabilitação

352

Normas de Publicação

PO16

Consumo de suplementos alimentares pelos estudantes do Instituto Politécnico de Bragança e fatores associados

Luís Costa¹, Manuel Gomes¹, Narciso Vieira¹, Olívia R. Pereira^{2*}, Tânia C.S.P Pires²

¹Departamento das Tecnologias de Diagnóstico e Terapêutica, Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico de Bragança, Bragança, Portugal

²Centro de Investigação de Montanha (CIMO), Instituto Politécnico de Bragança, Bragança, Portugal

Autor para correspondência: Olívia Perreira

*✉ olviapereira@ipb.pt

Resumo

Introdução: Suplementos alimentares são géneros alimentícios, ainda que apresentem algumas especificidades, como a forma doseada e o facto de se destinarem a complementar ou suplementar uma alimentação normal [1]. Embora não isentos de riscos, os suplementos alimentares apresentam efeitos benéficos nos diferentes sistemas do organismo humano, sendo com frequência utilizados pelos estudantes para diversos fins [2]. **Objetivos:** Avaliar a prevalência e caracterizar o consumo de suplementos alimentares pelos estudantes do Instituto Politécnico de Bragança. **Material e Métodos:** Trata-se de um estudo de carácter transversal, observacional, quantitativo e exploratório-descritivo. A população alvo foram os estudantes do Instituto Politécnico de Bragança (7847 estudantes) tendo sido obtida uma amostra de 384 estudantes, aos quais foi aplicado um questionário, usado no presente estudo como instrumento de recolha de dados. Para a edição e tratamento dos dados usou-se a ferramenta MS Excel®. **Resultados:** 38% dos estudantes do IPB consumiu suplementos alimentares no último ano sobretudo por motivos relacionados com a melhoria do desempenho escolar, mais concretamente, para combater o défice de atenção e concentração (45,5%), a falta de

memória (32,9%) e o cansaço mental (29,4%). De entre os suplementos alimentares apresentados no questionário, os mais consumidos foram o Absorvit® (15,4%), o Centrum® (12,6%) e o Memofant® (11,9%). Em geral, os inquiridos estão satisfeitos com o efeito dos mesmos (83,2%) e 63,6% afirma ter repetido o uso do mesmo suplemento. O principal local de aquisição foi a farmácia (79,7%) sendo a escolha do suplemento alimentar realizada, principalmente, após aconselhamento de um profissional de saúde (68,5%), tendo uma elevada percentagem considerado importante o papel do profissional da farmácia na escolha destes produtos (86,7%). É ainda possível observar que os suplementos alimentares são principalmente consumidos em épocas específicas (53,9%) e quando recomendado por um profissional de saúde (19,6%). Quanto ao nível de conhecimento verificou-se um conhecimento Bom por parte dos estudantes do IPB no que se refere aos suplementos alimentares. **Conclusões:** Conclui-se com o presente estudo que aproximadamente um terço dos estudantes do IPB consumiu suplementos alimentares no último ano, em épocas específicas e sobretudo com o objetivo de combater o défice de atenção e concentração.

Palavras-chave: Estudantes do Ensino Superior, Suplementos alimentares, Consumo, Instituto Politécnico de Bragança.

Objetivos de aprendizagem

- 38% Dos estudantes do Instituto Politécnico de Bragança consumiu suplementos alimentares no último ano, em épocas específicas.
- A principal motivação para o consumo foi o défice de atenção e concentração (45,5%) seguindo-se a falta de memória (32,9%) e o cansaço mental (29,4%).
- O principal local de aquisição foi a farmácia (79,7%) sendo a escolha do suplemento alimentar realizada, principalmente, após aconselhamento de um profissional de saúde (68,5%).

Referências

[1] Conselho de Ministros. Decreto-Lei n.º 136/2003 de 28 de Junho. Aproximação das legislações dos Estados Membros respeitantes aos suplementos alimentares. Diário Da República — I Série-a. 3724–8, 2003.

[2] Santos K M O, Barros Filho, A A. Use of vitamin supplements among university students in São Paulo, Brazil. Rev. Saúde Pública 36: 250-253, 2002.