

Congresso Português de  
Dietética e Nutrição 2014

# Desafios

## 20/20

20 desafios nutricionais a vencer até 2020

### Livro de Resumos



[www.apdietistas.pt/congressodietetica2014](http://www.apdietistas.pt/congressodietetica2014)  
[congressodietetica2014@apdietistas.pt](mailto:congressodietetica2014@apdietistas.pt)  
Tlm.: 96 964 72 93

# ÍNDICE

MENSAGEM BOAS VINDAS / COMISSÕES .....	2
COMUNICAÇÕES ORAIS .....	3
CO1 - Rastreio do risco nutricional numa unidade de medicina: a importância de identificar para melhor atuar .....	3
CO2 - Estado nutricional e hábitos alimentares e de atividade física dos alunos de 4º ano do concelho de Mafra .....	3
CO3 - Desenvolvimento participado de materiais lúdico-pedagógicos de educação para a saúde: o Brócoli à descoberta do mundo dos alimentos .....	3
CO4 - Identificação de risco nutricional pelo strongkids® em crianças e adolescentes hospitalizados .....	3
CO5 - Transição nutricional em Caué, São Tomé e Príncipe: explorando a Díade mãe-criança .....	4
CO6 - As equações preditivas do metabolismo basal subestimam o seu valor em triatletas de elite .....	4
CO7 - O programa saudável de mudança de estilos de vida: "bem-estar e saúde"- intervenção-piloto em nutrição e atividade física no combate à obesidade .....	4
CO8 - Hábitos alimentares das crianças do nordeste transmontano - dia útil vs fim de semana .....	4
C9 - Obesidade infantojuvenil e estado socioeconómico .....	4
C10 - Índice de massa corporal (IMC) e ganho ponderal gestacional como fator determinante do peso ao nascer do recém-nascido .....	4
C11- Dieta Mediterrânica em infetados por vírus imunodeficiência humano: um padrão alimentar em extinção? .....	5
POSTERS .....	5
P1 - Avaliação do risco de desnutrição numa unidade de convalescença utilizando o mini nutritional assessment .....	5
P2 - Ingestão alimentar e estado nutricional de doentes oncológicos em tratamento de quimioterapia .....	5
P3 - Diversificação alimentar; conhecimentos de um grupo de amas .....	5
P4 - Mokaya -- investigação & desenvolvimento de bombons dietéticos .....	6
P5 - Um ano de PAAP - programa de aconselhamento alimentar do people - que impacto? .....	6
P6 - Relação entre a adiposidade abdominal e a agressividade do cancro do cólon e recto .....	6
P7 - Relações afectivas sexuais e distúrbios do comportamento alimentar em contexto de obesidade -uma revisão sistemática (rs) .....	6
P8 - Influência da ingestão nutricional e ganho ponderal da gestante no crescimento fetal .....	6
P9 - Relação da frequência alimentar com o índice de massa corporal e o perímetro de cintura em pessoas com diabetes mellitus tipo 2 .....	7
P10 - Composição corporal e o gasto energético em repouso em portadores de anorexia nervosa .....	7
P11 - Avaliação do estado nutricional em doentes em tratamento de hemodiálise .....	7
P12 - Risco de desenvolver diabetes tipo 2 -- comparação de dados de 2009 e 2013 .....	7
P13 - A dieta mediterrânica e o estado nutricional de jovens futebolistas .....	7
P14 - Implementação de protocolo de identificação do risco e avaliação do estado nutricional em utentes com alterações do estado cognitivo .....	8
P15 - Obesidade e hipertensão infantil -- um problema de saúde pública .....	8
P16 - Pequeno-almoço - relação entre o consumo alimentar e o local da refeição .....	8
P17 - Aluno nutrido - avaliação de um projeto de educação alimentar .....	8
P18 - Caracterização antropométrica de triatletas de elite .....	8
P19 - Ingestão alimentar e composição corporal de atletas portugueses de meio-fundo .....	8
P20 - Segurança dos alimentos: manipulação dos alimentos pelos consumidores portugueses em suas casas .....	9

# MENSAGEM BOAS VINDAS / COMISSÕES

*Caros participantes,*

É com enorme entusiasmo que em nome da Associação Portuguesa de Dietistas (APD) vos dou as boas vindas ao Congresso Português de Dietética e Nutrição 2014, a decorrer de 4 a 5 de abril em Lisboa, no *Campus* da Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa.

Desafios 20/20 é o tema geral do congresso: trata-se de 20 desafios nutricionais a vencer até 2020. Pretendemos com esta plataforma de partilha construir uma verdadeira metamorfose, promover a mudança, o crescimento, a transformação dos setores público, privado, social e científico – mas também do cidadão – em torno da área da Saúde Alimentar em Portugal.

Acreditamos que 2014 é o momento certo para agitar consciências e gerar a reflexão e a ação sobre as nossas responsabilidades - e de todos os outros agentes - na Saúde Alimentar dos Portugueses. A APD vê o CPDN 2014 como o primeiro passo para um processo de construção de ações fundamentais para mais ganhos no bem-estar e saúde global dos cidadãos.

Pretendemos desafiar todos a contribuírem para os 20 desafios nutricionais a vencer até 2020!

Estamos certos de que este Congresso será certamente um momento determinante para a partilha de experiências e confraternização pessoal e profissional!

Sejam bem-vindos!

*Rute Borrego*  
Presidente do Congresso

## **Comissão Organizadora:**

Associação Portuguesa de Dietistas

## **Comissão Científica:**

Ana Catarina Moreira  
António Sousa Guerreiro  
Augusta Branco  
Catarina Sousa Guerreiro  
Filipa Soares  
Graça Raimundo  
Helena Fonseca  
Helena Loureiro  
Isabel do Carmo  
Joana Sousa  
José Silva Nunes  
Lino Mendes  
Marisa Cebola  
Nídia Braz  
Pedro Lourtie

## **Comissão de Honra:**

**Pedro Passos Coelho** | Primeiro Ministro  
**Assunção Cristas** | Ministra da Agricultura e do Mar  
**Paulo Macedo** | Ministro da Saúde  
**Nuno Crato** | Ministro da Educação e da Ciência  
**Pedro Mota Soares** | Ministro da Solidariedade, Emprego e Segurança Social  
**António Costa** | Presidente da Câmara Municipal de Lisboa  
**João Oliveira** | Líder Parlamentar do PCP  
**João Semedo** | Coordenador do BE  
**José Diogo Albuquerque** | Secretário de Estado da Agricultura  
**Nuno Vieira e Brito** | Secretário de Estado da Alimentação e da Investigação Agroalimentar  
**Fernando Leal da Costa** | Secretário de Estado Adjunto do Ministro da Saúde  
**Abel Baptista** | Presidente da Comissão Parlamentar de Educação, Ciência e Cultura  
**Alexandra Bento** | Bastonária da Ordem dos Nutricionistas  
**Germano Couto** | Bastonário da Ordem dos Enfermeiros  
**Luis Vicente Ferreira** | Presidente do Instituto Politécnico de Lisboa  
**Jorge Botelho** | Presidente da Câmara Municipal de Tavira  
**Pedro Santana Lopes** | Provedor da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa  
**Vítor Magriço** | Diretor Geral do Ensino Superior  
**Pedro Portugal Gaspar** | Inspetor Geral da Autoridade de Segurança Alimentar e Económica

**Luis Cunha Ribeiro** | Presidente do Conselho Diretivo da Administração Regional de Saúde de Lisboa e Vale do Tejo  
**João Lobato** | Presidente da Escola Superior de Tecnologia de Saúde de Lisboa  
**Maria Palma Mateus** | Diretora da Escola Superior de Saúde da Universidade do Algarve  
**Maria Helena Pimentel** | Diretora da Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico de Bragança  
**Jorge Conde** | Presidente da Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra  
**José Gomes** | Diretor da Escola Superior de Saúde de Leiria  
**Anne de Looy** | Presidente da European Federation of the Associations of Dietitians  
**Naomi Trostler** | Association of Dietitians and Nutritionists in Israel  
**Isabel Jonet** | Presidente da Fundação Portuguesa de Bancos Alimentares  
**Pedro Rodrigues** | Presidente da Medical Tourism Association Portugal  
**Joaquim Cunha** | Diretor Executivo do Health Cluster Portugal  
**Maria João da Silva** | Presidente da Associação Portuguesa de Hotelaria Hospitalar  
**Luis Gardete Correia** | Presidente da Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal  
**Manuel Oliveira Carrageta** | Presidente da Fundação Portuguesa de Cardiologia  
**Francisco Cavaleiro de Ferreira** | Presidente da Liga Portuguesa Contra o Cancro

Cerca de 46% das mães dos atletas com uma dieta mediterrânica considerada ótima possuem grau académico universitário.

**Discussão/conclusões:** Os resultados obtidos na avaliação da qualidade da Dieta Mediterrânica, através do score do índice KIDMED, dos jovens atletas futebolistas são semelhantes aos obtidos por Serra-Majem, et al., 2004. Comparativamente a Santos, et al., s.d., os jovens atletas futebolistas apresentam melhores níveis de adesão à Dieta Mediterrânica em todas as classes. Por fim, o grau de escolaridade das mães, tal como uma maior dependência dos pais e menor autonomia na escolha alimentar em idades mais novas atuam positivamente na qualidade da adesão à Dieta Mediterrânica.

#### **P14 - Implementação de protocolo de identificação do risco e avaliação do estado nutricional em utentes com alterações do estado cognitivo**

Tomás, Cristina; Santos, Zélia  
Hospital de Egas Moniz

**Objetivos:** Implementação de protocolo de identificação do risco e avaliação do estado nutricional (IR e AEN) em utentes com alteração do estado cognitivo (AEC) em âmbito hospitalar.

**Metodologia:** Para revisão da literatura sobre "Malnutrition screening tools" recorreu-se à pesquisa electrónica através dos motores de busca (Pub-med, MEDLINE e B-on) com as palavras – chave: "Nutritional screening", "Demência" e "Nutrição", entre 1de Fevereiro e 17 de Março de 2014. Com base nos vários instrumentos para avaliação e identificação do estado nutricional (NRS, MNA-SF, SGA, PG-SGA) construiu-se um instrumento de suporte à IR e AEN, em utentes com AEC.

**Resultados:** Após a elaboração do questionário de IR e AEN destinado a utentes com AEC, a ser preenchido pela equipa multidisciplinar e/ou cuidador durante o ato de admissão, espera-se que seja aplicado nas primeiras 24/48h decorrente da admissão em que os dados antropométricos sejam fidedignos. Prevê-se ultrapassar a dificuldade no acesso à informação quanto à ingestão alimentar, à preparação /confeção dos alimentos, à variação ponderal e os dados antropométricos. Procura-se a otimização do tempo despendido por parte do Dietista na prática clínica diária na AEN e implementação do plano terapêutico, conduzindo assim a uma deteção precoce e abrangente do estado de malnutrição do utente.

**Discussão/Conclusões:** Parece inquestionável a necessidade de estabelecer um instrumento facilitador da avaliação do estado nutricional em utentes com AEC. Este procedimento irá permitir iraeen em tempo útil de forma a assegurar uma prestação de cuidados nutricionais a longo prazo e médio prazo e direcionados as necessidades específicas de cada utente, otimizando o estado nutricional do utente e implementação da sua dietoterapia.

#### **P15 - Obesidade e hipertensão infantil -- um problema de saúde pública**

Canelas, Ana Carolina; Barreirinhas, Sara; Loureiro, Helena  
Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra

**Objetivos:** Avaliar a prevalência de excesso de peso e/ou obesidade, na amostra, e perceber de que modo a variável da tensão arterial está implicada com essa epidemia.

**Metodologia:** A amostra é constituída por 278 crianças, pertencentes a nove escolas da cidade de Lisboa. Os dados recolhidos foram: idade, género, valores de pressão arterial (PA), peso, altura, perímetro da cintura (PC) e índice de massa corporal (IMC). Posteriormente, estes dados foram tratados estatisticamente.

**Resultados:** Dos 278 alunos, 46,0% (n=128) apresenta excesso de peso e/ou obesidade: 25,5%(n=71) apresenta valores que representam aumento do risco de obesidade abdominal e 18,7%(n=52) tem obesidade abdominal. Em relação à PA, 10,8% (n=30) tem PA normal alta e 17,9%(n=50)tem hipertensão arterial (HTA).

**Discussão/Conclusões:** Conclui-se que, clinicamente, a medição do PC e da PA são fundamentais para a avaliação do estado nutricional da criança, uma vez que a epidemia da obesidade continua a aumentar e a provocar cada vez mais fatores de risco associados, como a HTA.

#### **P16 - Pequeno-almoço - relação entre o consumo alimentar e o local da refeição**

Ferro-Lebres, Vera<sup>1</sup>; Fernandes, António<sup>2</sup>; Azevedo, Andreia<sup>1</sup>; Fernandes, Filipa<sup>1</sup>; Fernandes, Lara<sup>1</sup>; Fernandes, Patrícia<sup>1</sup>  
<sup>1</sup>Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico de Bragança; <sup>2</sup>Instituto Politécnico de Bragança

**Objetivos:** Estudar as escolhas alimentares ao pequeno almoço, dos estudantes de ensino superior, considerando o local da refeição.

**Metodologia:** Foi desenhado um estudo transversal, com uma amostra probabilística de 405 estudantes de uma instituição de ensino superior pública portuguesa. Foi utilizado um questionário que para além de aspetos sociodemográficos, questionava sobre o local do pequeno almoço, os alimentos e quantidades consumidos. Recorreu-se aos testes de Kruskal-Wallis e Mann-Whitney-Wilcoxon para identificar diferenças no consumo alimentar entre os diferentes locais de refeição.

**Resultados:** A amostra foi constituída por 62% estudantes do género feminino, com idades entre os 30 e os 19 anos. Os resultados revelam que quem fez o pequeno-almoço em casa consumiu significativamente mais alimentos dos grupos "Cereais e derivados"(mean-rank - 153,8), e "Leite e derivados" (mean-rank - 153,3) comparativamente aos restantes locais de refeição. Por sua vez, quem faz o pequeno-almoço em cafés, pastelarias ou bares, consome significativamente mais produtos cárneos (mean-rank - 159,0), comparativamente aos restantes locais. Não se

verificaram diferenças estatisticamente significativas nos restantes grupos de alimentos.

**Discussão/Conclusão:** Este trabalho sugere que os hábitos alimentares dos estudantes de ensino superior variam com o local de refeição. Fica evidenciado que o consumo de um pequeno-almoço de acordo com as recomendações, ou seja, incluindo um produto lácteo e um cereal, é mais prevalente entre os que fazem esta refeição em casa. Estas conclusões mostram a necessidade de campanhas de saúde pública para a importância de realizar o pequeno-almoço em casa.

#### **P17 - Aluno nutrido- avaliação de um projeto de educação alimentar**

Castro, Milene  
Unidade de Saúde Familiar Ponte

**Objetivos:** Reduzir a prevalência da desnutrição infantil através da implementação de ações educativas a alunos e encarregados de educação de uma escola primária no concelho de Guimarães.

**Metodologia:** Realizou-se uma avaliação antropométrica a 243 alunos com idades compreendidas entre os 3 e os 10 anos. Verificou-se que 2,25% se encontravam em magreza, 55,55% em eutrofia, 29,75% em sobrepeso, e, por último, 13,22% em obesidade. Os alunos que se encontravam em magreza e obesidade, num período de 6 meses, tiveram a oportunidade de corrigir a seu peso corporal através de consultas de nutrição e sessões de educação alimentar realizadas em ambiente escolar.

**Resultados:** Reduziu-se em 100% a magreza infantil e em 15% a obesidade infantil.

**Discussão/Conclusões:** O facto de as crianças serem dependentes dos adultos e o tratamento exigir mudanças a nível familiar sugere ser o principal factor para a não existência de perda de peso. Tendo em conta aspetos sociodemográficos da população Portuguesa, é emergente ensinar as famílias a gerir os problemas sociais que se refletem na qualidade alimentar. É necessário atuar noutras alterações patológicas como a magreza e a carie dentária. Sugere-se um apoio à comunidade em locais privilegiados como as escolas públicas em equipas pluridisciplinar( psicólogo, assistente social, dietista/nutricionista).

#### **P18 - Caracterização antropométrica de triatletas de elite**

Elias, Catarina<sup>1</sup>; Santos, Sérgio<sup>2</sup>; Pereira, Marco<sup>2</sup>; Fernandes, Solange<sup>2</sup>; Silva, Pedro<sup>2</sup>; Coutinho, Carlos<sup>2</sup>; Moreira, Ana Catarina<sup>1</sup>; Mendes, Lino<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa;

<sup>2</sup> Desmor, Centro de Preparação Olímpica

**Objetivos:** Caracterizar a composição corporal e somatótipo de atletas de triatlo de elite residentes num Centro de Preparação Olímpica.

**Metodologia:** Estudo descritivo com amostra de conveniência de 16 triatletas de um Centro de Preparação Olímpica. Medições antropométricas aferidas segundo o protocolo do International Standards for Anthropometric Assessment (ISAK) com o equipamento Rosscraft®. Somatótipo determinado segundo o método Heath-Carter. O peso, índice de massa corporal (IMC), massa gorda, massa isenta de gordura e água corporal total foram medidos através de bioimpedância elétrica segmentar direta de multifrequência (DSM-BIA).

**Resultados:** Amostra de triatletas, 6 do sexo feminino e 10 do sexo masculino, com uma média de 22±4,8 anos; massa isenta de gordura de 53,9±7,9kg e água corporal total 39,5±5,7L. Relativamente ao somatótipo classificaram-se os atletas como: 5 mesomorfo-ectomorfos (todos do sexo masculino), 3 centrais, 2 endomorfo-mesomorfos, 2 meso-ectomorfos, sendo os restantes classificados como endo-mesomorfo, ecto-mesomorfo, ectomorfo equilibrado e mesomorfo equilibrado. Nas atletas a média da massa gorda foi de 17,1±3,2% e a  $\sum 8$  pregas cutâneas 86,8±15,5mm, pesando em média 55,5±5,3kg. Nos atletas masculinos a média da massa gorda foi de 11,7±2,9% e a  $\sum 8$  pregas cutâneas 55,5±10,6mm, pesando em média 66,7±5,1kg.

**Discussão/Conclusões:** Nesta amostra, predominam atletas com o somatótipo mesomorfo-ectomorfo. As atletas têm em média maior percentagem de massa gorda e  $\sum 8$  pregas cutâneas do que os atletas masculinos. Tradicionalmente, triatletas de elite possuíam um somatótipo predominantemente mesomórfico, sendo que atualmente verifica-se uma estrutura morfológica mais ectomórfica, estando esta relacionada com uma melhor economia de corrida. A caracterização antropométrica e classificação do somatótipo de triatletas de elite permite estabelecer estratégias para otimizar a performance desportiva, potenciando melhores resultados.

#### **P19 - Ingestão alimentar e composição corporal de atletas portugueses de meio-fundo**

Francisco, Susana<sup>1</sup>; Pereira, Bruno<sup>2</sup>; Borrego, Rute<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa;

<sup>2</sup>Centro de Alto Rendimento do Jamor

**Objetivos:** O objetivo do presente estudo foi avaliar a ingestão alimentar e a composição corporal de atletas meio-fundistas (MF) portugueses, num período de treino pré-competitivo.

**Metodologia:** A ingestão alimentar dos 16 atletas MF (n=11 masculino; n=5 feminino; idade: 19-35 anos), foi avaliada durante 7 dias de treino pré-competitivo através de diários alimentares, avaliados com através foodprocessor®. Realizou-se a avaliação do peso (tanitabc418®), altura (estadiómetro vertical SECA220®) e composição corporal