

**Proceedings of the  
2<sup>nd</sup> International Congress of Health and Well-being Intervention**

Health and Well-being in the Life cycle (ICHWBI 2021)

**1<sup>st</sup> international conference on human kinesiology (ICOHK)**




**2<sup>nd</sup> Health  
& Well-Being  
Intervention**

INTERNATIONAL  
CONGRESS



**International Conference  
on Human Kinesiology**

Kinesi Lab 

**28<sup>th</sup> & 29<sup>th</sup> MAY 2021**

**INSTITUTO PIAGET UNIVERSITY  
CAMPUS OF VISEU**

**Coordination by:**  
Gustavo Desouza



**INSTITUTO  
PIAGET**

**VISEU**



**RECI**

Research in Education and  
Community Intervention

**Proceedings of the  
2<sup>nd</sup> International Congress of Health and  
Well-being Intervention - ICHWBI 2021  
and 1<sup>st</sup> international conference on human kinesiology - 1<sup>st</sup>  
ICOHK**

**Coordination by  
GUSTAVO DESOUZART**

Instituto Piaget

Proceedings of the 2nd International Congress of Health and Well-Being Intervention - ICHWBI2021 and the 1st International Conference on Human Kinesiology – 1st ICOHK

**Author by**

Instituto Piaget

**Coordination by**

Gustavo Desouzart

**Graphic Design:** Luís Batista and Gustavo Desouzart | **Images:** Luís Batista | **Pagination:** Daniela Marins

**Edition:** Instituto Piaget

Lote 544, 2.º, Av. João Paulo II, 1950-157 Lisboa

T. 21 831 6500

Email: [info@viseu.ipiaget.pt](mailto:info@viseu.ipiaget.pt) ♦ web: <https://ipiaget.org/>

**ISBN (e-book):** 978-989-759-154-9

**Edition -** November 2021

**Editorial board**

Gustavo Desouzart

**Experts panel**

Zaida Azeredo | Adriana Lourenço | Ágata Vieira | Amândio Dias | Ana Margarida Varela | Beatriz Minghelli | Cândida Alves | Carlos Laranjeira | Carlos Tavares | Cidália Freitas | Denise Soares | Ernesto Filgueiras | Fábio Flores | Fernando Vieira | Isabel Silva | José Sousa | Joaquim Antunes | Luís Silva | Magda Guerra | Manuel Brás | Maria Correia | Maria Graça Pereira | Maria Helena Chéu | Marília Flora | Marta Leyton Roman | Miguel Fernandes | Neide Feijó | Nuno Cordeiro | Paula Rodrigues | Pedro Sá Leite | Poliana Lima | Providência Marinheiro | Rogério Rodrigues | Rosa Martins | Rui Gonçalves | Sabina Valente | Sandra Gagulic | Silvia Silva | Simone Rembold | Sónia Lopes | Valdemar Salselas | Vitor Martinho

This book contains information obtained from authentic and highly regarded sources. This is an edition made for publication of the works resulting from the ICHWBI2021 which are available on Congress website, where the reader will find a significant heterogeneity. Abstracts are ongoing or completed project-based research papers submitted by researchers from various academic degrees. This diversity is also found in the authors' scientific areas, reflecting on the variety of research themes presented at the Congress itself.

Reasonable effort has been made to publish reliable data and information, but the author and publisher cannot assume responsibility for the validity of all materials or the consequences of their use. The authors and publishers have attempted to trace the copyright holder of all material reproduced in this publication and apologize to copyright holder if permission to publish in this form has not been obtained. If any copyright material has not been acknowledged please write and let us know so we may rectify in any future reprint.

**Based on ICHWBI2021 abstracts that are available at**

<https://healthwellbeingcongress.ipiaget.org/pt-pt/abstracts>

dados recorreu-se a um questionário de frequência alimentar (Lopes, 2006) e ao questionário *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI), versão portuguesa (João, Becker, Jesus & Martins, 2017). **Resultados:** A maioria dos inquiridos eram do sexo feminino (63,3%), com idades compreendidas entre os 18 e os 67 anos. Quanto à qualidade de sono, 71,2% dos indivíduos apresentavam má qualidade de sono e 28,8% apresentavam boa qualidade de sono. No que concerne à relação do consumo alimentar com a qualidade do sono, verificou-se uma relação inversa no consumo de leite magro (*p-value* 0,040; *Ró* -0,179), peixe gordo (*p-value* 0,017; *Ró* -0,208), óleo girassol/milho/soja (*p-value* 0,050, *Ró* -0,171), couve penca (*p-value* = 0,038; *Ró* = -0,181) e Laranjas/Tangerinas (*p-value* 0,022; -0,191). O consumo de café revelou uma associação direta, mas fraca com a qualidade do sono (*p-value* 0,030; 0,189). **Conclusões:** Verificou-se uma correlação entre a qualidade do sono com o consumo alimentar, sendo fundamental intervir nesta dualidade de forma a fomentar uma boa qualidade de vida.

**Palavras-chave:** hábitos alimentares, consumo alimentar, comportamento alimentar, qualidade de sono, duração de sono

#### Referências:

- João, K. A. D. R., Becker, N. B., Jesus, S. de N., & Martins, R. I. S. (2017). Validation of the Portuguese version of the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI-PT). *Psychiatry Research*, 247, 225–229. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2016.11.042>
- Lopes, C., Oliveira, A., Santos, A., Ramos, E., Severo, M.B.H. (2006). Consumo Alimentar no Porto. Faculdade de Medicina da Universidade do Porto.
- Sharma, S., & Kavuru, M. (2010). Sleep and metabolism: An overview. *International Journal of Endocrinology*, 2010. <https://doi.org/10.1155/2010/270832>
- Zadeh, S. S. & Begum, K. (2011). Comparison of nutrient intake by sleep status in selected adults in Mysore, India. *Nutrition Research and Practice*, 5(3), 230–235. <https://doi.org/10.4162/nrp.2011.5.3.230>

## P205

### Fatores Sociodemográficos e Económicos Associados ao Estado Nutricional das Crianças: revisão sistemática

Helena Sanches<sup>(1)</sup>, Ana Pereira<sup>(2)</sup>, António José Fernandes<sup>(3)</sup>

<sup>1</sup> Escola Superior de Saúde de Bragança, Instituto Politécnico de Bragança, Avenida D. Afonso V, 5300-121 Bragança, Portugal; [helena.st95@gmail.com](mailto:helena.st95@gmail.com).

<sup>2</sup> Escola Superior de Saúde de Bragança, Instituto Politécnico de Bragança, Avenida D. Afonso V, 5300-121 Bragança, Portugal

CIMO - Centro de Investigação de Montanha, Instituto Politécnico de Bragança, Portugal; [amgpereira@ipb.pt](mailto:amgpereira@ipb.pt).

<sup>3</sup> Escola Superior Agrária de Bragança, Instituto Politécnico de Bragança, Campus de Santa Apolónia, 5300-253 Bragança, Portugal;

CIMO - Centro de Investigação de Montanha, Instituto Politécnico de Bragança, Portugal; [toze@ipb.pt](mailto:toze@ipb.pt).

**INTRODUÇÃO:** Nas crianças, o estado nutricional é influenciado por fatores sociodemográficos, económicos e ambientais (Guedes et al., 2011), e estes desempenham um papel fundamental na determinação da saúde. (Miglioli et al., 2015). Quando menos favoráveis, promovem o desenvolvimento de doenças crónicas não transmissíveis. (Filho et al., 2016) **Objetivos:** Avaliar a relação entre os fatores sociodemográficos e o estado nutricional das crianças em idade escolar. **Métodos:** Revisão sistemática da literatura, de acordo com as orientações PRISMA e recomendações Cochrane. Os artigos foram selecionados nas bases de dados Pubmed, Web of Science e Scopus no horizonte temporal de 2015 a 2020, utilizando os termos chave: child, nutritional status e socioeconomic factors, e as diferentes combinações entre eles. Foram identificados 2242 artigos e selecionados 27 de acordo com os critérios de inclusão. A avaliação da qualidade dos artigos foi realizada de acordo com o instrumento de avaliação crítica adaptado por Steele et al., (2003). **Resultados:** 37% dos artigos (n=10) mencionam que um

menor rendimento familiar está associado a um maior índice de massa corporal (IMC) nas crianças, 26% (n=7) revelam que quanto menor for o grau de escolaridade dos pais, maior é o IMC. Verificou-se ainda que 11% dos artigos (n=3) alegam a relação do desemprego da mãe e um IMC inferior, 7% (n=2) mencionam que pais estrangeiros ou etnia diferente da comunidade têm filhos com sobrepeso. **Conclusões:** Quando não existe facilidade de acesso a bens sociais ou económicos, maior é a probabilidade de as crianças terem menos qualidade de vida e, por consequência, menos saúde. Neste sentido, é necessário haver um acompanhamento por parte dos profissionais de saúde para a promoção do estado de saúde das crianças.

**Palavras-chave:** Child; Nutritional Status; Demographic Factors, Socioeconomic Factors.

#### Referências:

- Filho, V. C. B., Campos, W. de, Fagundes, R. R., Lopes, A. da S., & Souza, E. A. de. (2016). Isolated and combined presence of elevated anthropometric indices in children: Prevalence and sociodemographic correlates. *Ciencia e Saude Coletiva*, 21(1), 213–224. <https://doi.org/10.1590/1413-81232015211.00262015>
- Guedes, D. P., Miranda Neto, J. T., Almeida, M. J., & Silva, A. J. R. M. (2011). Impacto de fatores sociodemográficos e comportamentais na prevalência de sobrepeso e obesidade de escolares DOI: 10.5007/1980-0037.2010v12n4p221. *Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano*, 12(4), 221–231. <https://doi.org/10.5007/1980-0037.2010v12n4p221>
- Miglioli, T. C., Fonseca, V. M., Gomes Junior, S. C., da Silva, K. S., de Lira, P. I. C., & Batista Filho, M. (2015). Factors associated with the nutritional status of children less than 5 years of age. *Revista de Saude Publica*, 49. <https://doi.org/10.1590/S0034-8910.2015049005441>
- Steele, E., Bialocerkowski, A., & Grimmer, K. (2003). The postural effects of load carriage on young people - A systematic review. *BMC Musculoskeletal Disorders*, 4, 1–7. <https://doi.org/10.1186/1471-2474-4-12>

## P207

### Humanização de serviços de saúde em Dande (Angola): opinião dos utentes

Regina Jamba<sup>1</sup>; Zaida Azeredo<sup>2</sup>; Paulo Alves<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Enfermeira em Angola; Mestre em Saúde e Intervenção comunitária, membro investigador da RECI, [regina.jamba.76@gmail.com](mailto:regina.jamba.76@gmail.com)

<sup>2</sup> Médica de Clínica Geral/ Medicina Familiar; Doutorada em Saúde Comunitária; Coordenadora da RECI/ Piaget Viseu [zaida.reci@gmail.com](mailto:zaida.reci@gmail.com)

<sup>3</sup> Psicólogo, doutorado em Psicologia, membro investigador da RECI; Docente ISEIT Viseu, [paulo.alves@viseu.ipsiaget.pt](mailto:paulo.alves@viseu.ipsiaget.pt)

**INTRODUÇÃO:** O avanço nas ciências e tecnologias na saúde, bem como mudanças socio-demográficas na sociedade, e, a insuficiência de recursos, são, entre outros, fatores que influenciam a humanização dos serviços. A opinião do utente que a eles se dirige é muito importante, uma vez que é ele que melhor sabe a que constrangimentos está sujeito.<sup>1,2</sup> Um doente no hospital está sempre deslocado do seu meio, obrigando-o a necessidades adicionais. **Objetivo:** Auscultar a opinião de utentes sobre humanização dos serviços de saúde. **Métodos:** Foram inquiridos através de um questionário, 46 utentes de um serviço do hospital Municipal do Dande (Angola). Do questionário (previamente testado) constam dados sociodemográficos e perguntas sobre humanização no serviço que frequentam. **Resultados:** Foram inquiridos 46 utentes, sendo 82,6% do sexo masculino e, 65,3% jovens com idades até aos 39 anos. 28(60,9%) dos inquiridos residiam longe do hospital. Destes 13(46,4%) demoravam 1-3 horas para chegarem ao hospital; 6(21,4%) 4 - 6 horas e 9(32,1%) 7 - 9 horas. 67,2% atribuem muita ou total importância à humanização dos serviços. Os restantes embora atribuam menos importância, pensam também ser importante. Para estes são fatores muito importantes: a