

Vol. 25 • N.º 1 • 2021 / 2022 • Órgão Oficial da Sociedade Portuguesa de Ciências da Nutrição e Alimentação

ALIMENTAÇÃO

Humana



S.P.C.N.A.

2021 / 2022

ALIMENTAÇÃO

Humana

Vol. 25 • N.º 1 • 2021/2022 • Órgão Oficial da Sociedade Portuguesa de Ciências da Nutrição e Alimentação

Edição

Sociedade Portuguesa de Ciências da Nutrição e Alimentação – SPCNA

Conselho editorial

Bruno M. P. M. Oliveira

Cristiana Domingues

Hugo Canelas

Manuel Teixeira Veríssimo

Maria Daniel Vaz de Almeida

Painel de revisores

Grupo de profissionais com experiência e reconhecido percurso profissional nacional e internacional.

Direção gráfica

Humberto Lopes - geralspcna@gmail.com

Secretariado

Apartado 2528

4200-401 Porto

url: www.spcna.pt

e-mail: geralspcna@gmail.com

Publicação quadrimestral

ISSN: 0873-4364

Depósito Legal n.º 99650

Registo n.º 118663 da Direcção Geral da Comunicação Social



Open Access: A revista Alimentação Humana é licenciada sob uma Licença Creative Commons - Attribution Non-Commercial (CC BY NC). Pode ser compartilhada desde que seja atribuída a autoria dos trabalhos e não é permitido o seu uso para fins comerciais.

Corpos Sociais

DIRECÇÃO

Presidente
Flora Correia

Vice-Presidentes

Manuel Teixeira Veríssimo
Cristina Teixeira
Carla Pedrosa
Bruno Oliveira

Secretário-Geral

Sílvia Pinhão

Secretários

Diana Silva
Hugo Canelas
Liliana Sousa

Tesoureiros

Maria João Gregório
Diana Picas Carvalho

ASSEMBLEIA GERAL

Presidente
Maria Daniel Vaz de Almeida

Secretários

José Pedro Pereira
Lisandra Ribeiro
Cristiana Domingues

CONSELHO FISCAL

Presidente
Margarida Dias

Secretários

Luciana Teixeira
Fernando Pichel
Lídia Azeredo

EDITORIAL

Este número da revista *Alimentação Humana* contém os resumos das comunicações livres dos congressos organizados pela SPCNA em 2021 e 2022, realizados após o hiato de 2020 causado pela pandemia de COVID-19.

Esta pandemia trouxe novos desafios aos profissionais de saúde, quer pelos cuidados a ter no período em que a vacinação ainda não estava disponível para a população, quer no acompanhamento de doentes, por exemplo, no suporte nutricional a ser administrado em unidades de cuidados intensivos. Numa outra perspetiva, o despoletar da pandemia, possivelmente pelo consumo de animais infetados, ressalva o papel dos mecanismos de garantia de qualidade e segurança alimentar que devem estar presentes.

O 15.º Congresso da SPCNA e 7.º Congresso Low Cost de Nutrição foi realizado em 2021 nas instalações gentilmente disponibilizadas pelo Hospital das Forças Armadas - Polo do Porto. Foram abordados temas como as vantagens e inconvenientes da nutrição artificial, a nutrição na disfagia, diversas perspetivas do tratamento da obesidade, o tratamento da diabetes, o papel da nutrição nas doenças respiratórias, o tratamento de doentes com COVID-19, a nutrição e desporto, os desafios da restauração coletiva na pandemia e na asseguração da sustentabilidade, e a gestão de recursos alimentares em situação de catástrofe. No final dos dois dias de congresso pudemos assistir a excelentes palestras: no primeiro dia sobre alimentação e sexo pelo Prof. Manuel Esteves e no segundo dia o Prof. Sobrinho Simões falou da precisão à personalização do cancro.

Como é habitual, as comunicações livres abordaram, em diversas faixas etárias, temas distintos, desde ferramentas de avaliação do risco nutricional à rotulagem alimentar e aos serviços de alimentação colectiva, passando pelo estudo de doentes submetidos a cirurgia bariátrica, com COVID-19, com Diabete Mellitus tipo 1, ou com tiroidite de Hashimoto, e fazendo a avaliação de parâmetros do comportamento alimentar.

O prémio Doutor Norberto Teixeira Santos para a melhor Comunicação Livre foi entregue ao trabalho **Avaliação da taxa metabólica em repouso em doentes críticos ventilados com COVID-19** de Serdoura S, Gomes I, Campello MG, Moreira F, Oliveira B e Correia MF. O júri deliberou ainda atribuir uma menção honrosa ao trabalho **Avaliação do impacto da ingestão de proteína na glicemia pós-prandial em indivíduos adultos com Diabetes Mellitus tipo 1 com insulinoaterapia** de Ribeiro L, Neves C, Arteiro C, Oliveira BMPM e Correia F.

Em 2022, o 16.º Congresso da SPCNA e 8.º Congresso Low Cost de Nutrição realizado nas mesmas instalações do ano transato, o congresso teve na sua conferência de abertura dois brilhantes oradores que versaram sobre a interrelação entre genética e nutrição: o Prof. Manuel Bicho falou sobre os sentidos e a genética na obesidade e o Prof. Davide Carvalho sobre a genética na Diabetes Mellitus tipo 1 e tipo 2.

Ao longo do congresso foram discutidas as fontes sustentáveis de ingestão de proteína animal, as novidades no suporte nutricional, o tratamento da desnutrição, de doentes renais, de doentes oncológicos e em cuidados paliativos, a avaliação do gasto energético, a importância da microbiota intestinal, a política na nutrição e alimentação, a obesidade como doença crónica e do comportamento, a atividade física na diabetes e na obesidade, a alimentação de atletas de desporto adaptado, a alimentação coletiva hospitalar e, na última sessão, discutiu-se a avaliação do estado nutricional.

As comunicações livres cobriram temas como: o comportamento alimentar, práticas culinárias, diversificação, ingestão e padrões alimentares, avaliação do estado nutricional, do estado de hidratação e da literacia alimentar, ou as mudanças durante a pandemia de COVID-19. As populações analisadas incluíram desde a idade pediátrica até aos idosos, desportistas ou indivíduos transgénero, e foram estudados doentes com obesidade, sarcopenia, AVC ou cancro.

O prémio Doutor Norberto Teixeira Santos para a melhor Comunicação Livre foi atribuído ao trabalho **Changes in psychological characteristics and BMI with the time after bariatric surgery** de Folzi C, Barc M, Valado V, Magalhães M, CRI Obesidade, Poínhos R, Oliveira BMPM e Correia F. Também neste ano o júri concedeu uma menção honrosa para o trabalho **Avaliação nutricional de indivíduos transgénero** de Alves R, Mota D, Freitas J, Gonçalves A, Marante S e Matapa S.

Bruno Oliveira

<i>CARACTERIZAÇÃO DO ESTADO NUTRICIONAL E COMPOSIÇÃO CORPORAL EM JOVENS JOGADORES DE FUTEBOL EM DOIS MOMENTOS DA ÉPOCA.....</i>	<i>33</i>
<i>AVALIAÇÃO NUTRICIONAL DE INDIVÍDUOS TRANSGÉNERO.....</i>	<i>34</i>
<i>ESTADO DE HIDRATAÇÃO NUM GRUPO DE DOENTES INTERNADOS NA UNIDADE AVC DO HOSPITAL DE SANTA LUZIA.....</i>	<i>35</i>
<i>DOENTES INTERNADOS NUMA UNIDADE DE ACIDENTE VASCULAR CEREBRAL: ESTADO NUTRICIONAL E RELAÇÃO COM VARIÁVEIS CLÍNICAS.....</i>	<i>36</i>
<i>SARCOPENIA: QUE RELAÇÃO ENTRE A AVALIAÇÃO OBJETIVA E O QUESTIONÁRIO SARC-F?.....</i>	<i>37</i>
<i>IDENTIFICAÇÃO DE PADRÕES ALIMENTARES DE DOENTES ONCOLÓGICOS EM AMBULATÓRIO.....</i>	<i>38</i>
<i>AVALIAÇÃO DO ESTADO NUTRICIONAL DOS DOENTES INTERNADOS NO SERVIÇO DE MEDICINA INTERNA DO HOSPITAL DE SANTO ESPÍRITO DA ILHA TERCEIRA.....</i>	<i>40</i>
<i>PRÁTICAS DE DIVERSIFICAÇÃO ALIMENTAR E DA LITERACIA ALIMENTAR DE CUIDADORES DE CRIANÇAS.....</i>	<i>41</i>
<i>ÍNDICE DE MASSA CORPORAL E A SUA ASSOCIAÇÃO COM A AUTOPERCEÇÃO DO PESO CORPORAL E COM O COMPORTAMENTO ALIMENTAR EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS.....</i>	<i>42</i>
<i>ADESÃO AO PADRÃO ALIMENTAR MEDITERRÂNICO EM ALUNOS DO 3º CICLO DO ENSINO PÚBLICO NUMA ESCOLA DO NORTE DE PORTUGAL.....</i>	<i>43</i>
<i>EVOLUÇÃO DO ESTADO NUTRICIONAL PÓS-CIRURGIA BARIÁTRICA.....</i>	<i>44</i>
<i>CHANGES IN PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS AND BMI WITH THE TIME AFTER BARIATRIC SURGERY.....</i>	<i>45</i>
<i>PREVALÊNCIA DE EXCESSO DE PESO E OBESIDADE E AS COMORBILIDADES ASSOCIADAS EM UTENTES DO HOSPITAL DAS FORÇAS ARMADAS POLO DO PORTO.....</i>	<i>46</i>
<i>LIFESTYLE CHANGES AMONG UNIVERSITY STUDENTS IN PORTUGAL DURING THE COVID-19 PANDEMIC: THE FINESCOPE STUDY.....</i>	<i>47</i>
<i>EFEITO DE INTERVENÇÕES NUTRICIONAIS COM RECURSO À CULINÁRIA SAUDÁVEL NA ALIMENTAÇÃO: REVISÃO SISTEMÁTICA DA LITERATURA.....</i>	<i>48</i>
<i>IMPACT OF THE “ESCOLA DE NUTRICHEFS” PROGRAM ON THE QUALITY OF SCHOOL SNACKS ON 1ST CYCLE CHILDREN, DURING THE COVID-19 PANDEMIC – PILOT STUDY.....</i>	<i>49</i>

EFEITO DE INTERVENÇÕES NUTRICIONAIS COM RECURSO À CULINÁRIA SAUDÁVEL NA ALIMENTAÇÃO: REVISÃO SISTEMÁTICA DA LITERATURA

Cátia Sousa ⁽¹⁾, Juliana Almeida-de-Souza. ^(2,3)

RESUMOS

INTRODUÇÃO: Estudos de intervenção com recurso à culinária saudável tem resultado em algumas mudanças positivas, nomeadamente no consumo de hortícolas e frutas. No entanto, ainda são poucos estudos em outros grupos de alimentos ou nutrientes e com conclusões inconsistentes.

OBJETIVOS: Compreender se os indivíduos, de todas as faixas etárias, que participam em programas de educação nutricional, com recurso à culinária saudável, melhoram os seus hábitos alimentares em comparação com um grupo controlo.

MÉTODOS: Foi realizada uma pesquisa bibliográfica, de agosto a setembro de 2020, atualizada em junho de 2021, nos motores de busca da PubMed, Web of Science e Scopus, com utilização dos descritores: “diet AND culinary AND intervention”, ou sinónimos. Foram elegíveis os estudos que avaliassem os hábitos alimentares em indivíduos saudáveis de qualquer faixa etária submetidos a um programa de intervenção incluindo 3 ou mais sessões de culinária saudável, comparados a um grupo controlo. Para cada estudo, extraiu-se os dados da metodologia e dos resultados e avaliou-se qualitativamente através da lista Joanna Briggs Institute.

RESULTADOS: Foram selecionados 8 artigos, 5 quase-experimentais e 3 randomizados, com qualidade média de 71%. Os indivíduos do grupo de intervenção melhoraram algum parâmetro da alimentação, após a intervenção, em 75% dos estudos. As melhorias observadas foram o aumento do consumo de hortícolas (n=3), fibra dietética (n=2), cereais integrais (n=1) e alimentos ricos em proteína (n=1). Uma limitação desta revisão revela-se na heterogeneidade metodológica dos estudos, a qual poderá ter ditado alguma confusão nos resultados obtidos.

CONCLUSÕES: Os programas de intervenção com recurso à culinária saudável parecem ter um efeito positivo nos hábitos alimentares dos participantes. No entanto, são necessários mais estudos, com um número de sessões elevado, que sustentem conclusões mais consistentes, para estes e outros grupos alimentares e nutrientes.

PALAVRAS-CHAVE: Educação nutricional, Cozinha saudável, Escolhas alimentares.

1 Centro Social e Paroquial de Torre de Dona Chama, Portugal

2 Centro de Investigação da Montanha, Instituto Politécnico de Bragança, Portugal

3 Laboratório para Sustentabilidade e Tecnologia em Regiões de Montanha, Instituto Politécnico de Bragança, Portugal