



ASSOCIAÇÃO
PORTUGUESA
DE NUTRIÇÃO

ACTA PORTUGUESA DE NUTRIÇÃO

A REVISTA DA ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE NUTRIÇÃO

22

jul. set. '20
Distribuição Gratuita
ISSN: 2183-5985

C.E. CORPO EDITORIAL

DIRETOR

NUNO BORGES | ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE NUTRIÇÃO, PORTO

COORDENADOR CONSELHO CIENTÍFICO

NUNO BORGES | ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE NUTRIÇÃO, PORTO

COORDENAÇÃO EDITORIAL

HELENA REAL | ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE NUTRIÇÃO, PORTO

PAINEL DE REVISORES

CONJUNTO DE DOUTORADOS COM RECONHECIDO PERCURSO PROFISSIONAL NACIONAL E INTERNACIONAL

SAIBA MAIS SOBRE CADA UM EM: WWW.ACTAPORTUGUESADENUTRICAOP.T

ACTA
PORTUGUESA
DE NUTRIÇÃO

FICHA TÉCNICA

Acta Portuguesa de Nutrição N.º 22, julho-setembro 2020 | ISSN 2183-5985 | Revista da Associação Portuguesa de Nutrição | Rua João das Regras, n.º 278 e 284 - R/C 3, 4000-291 Porto | Tel.: +351 22 208 59 81 | Fax: +351 22 208 51 45 | E-mail: actaportuguesadenutricao@apn.org.pt |

Propriedade Associação Portuguesa de Nutrição | **Periodicidade** 4 números/ano (4 edições em formato digital): janeiro-março; abril-junho;

julho-setembro e outubro-dezembro | **Conceção Gráfica** COOPERATIVA 31 | **Notas** Artigos escritos segundo o Acordo Ortográfico de 1990. Os artigos publicados são da exclusiva responsabilidade dos autores, podendo não coincidir com a opinião da Associação Portuguesa de Nutrição. É permitida a reprodução dos artigos publicados para fins não comerciais, desde que indicada a fonte e informada a revista. A publicidade não tem necessariamente o aval científico da Associação Portuguesa de Nutrição.

METHODOLOGY: A retrospective study carried out with 370 women who gave birth, from June to September 2019, in a reference hospital in Northern of Portugal. This study was approved by the hospital ethics committee and informed consents were collected. Data collection was carried out during the postpartum hospitalization through a personal interview, the self-filling of two questionnaires (to assess EBD traces and eating habits) and consultation of pregnant woman and newborn health bulletins. EBD traces were assessed using the Eating Disorders Inventory questionnaire composed of the following subscales: search for thinness, bulimia, body dissatisfaction, ineffectiveness, perfection, interpersonal distrust, interoceptive awareness and fears of maturity. Eating habits were assessed using the food frequency questionnaire validated for Portuguese pregnant women. Non-parametric Kruskal-Wallis H test were used, considering a significance level of 0.05.

RESULTS: There was a lower energy consumption in parturient women with more bulimic symptoms ($p < 0.001$), perfectionism ($p < 0.05$) and fear of maturity ($p < 0.05$). Higher physical activity ($p < 0.05$) was observed for parturient women with bulimic symptoms and greater consumption of tobacco by parturient women with a high level of ineffectiveness ($p < 0.05$). With regard to newborns, parturient with more bulimic symptoms had newborns with a smaller head circumference and those with more symptoms of interpersonal distrust had newborns with lower body mass index. Furthermore, parturient with greater body dissatisfaction and those with more bulimic symptoms had babies with a lower APGAR index.

CONCLUSIONS: EBD traces were associated with lower energy consumption, greater physical activity and smoking habits. These lifestyles may have a negative impact on the health of the newborn, namely its anthropometric parameters and its ability to adapt to life outside the womb.

PO35. OBESITY IS ASSOCIATED WITH SYMPATHETIC NERVOUS ACTIVATION IN SCHOOL AGED CHILDREN

Beatriz Gonçalves Teixeira¹; Inês Paciência^{2,3}; João Cavaleiro Rufo^{2,3}; Francisca Mendes^{2,3}; Mariana Farraia^{2,3}; Patrícia Padrão^{1,3}; Pedro Moreira^{1,3}; André Moreira^{1,3}

¹ Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto

² Serviço de Imunologia Básica e Clínica, Departamento de Patologia, Faculdade de Medicina da Universidade do Porto | Centro Hospitalar Universitário de São João

³ EPIUnit - Instituto de Saúde Pública da Universidade do Porto

INTRODUCTION: Obesity is one of the most prevalent chronic diseases in childhood, being an important public health issue. Excess weight has been associated with autonomic dysfunction but the evidence in children is scarce.

OBJECTIVES: This study aimed to assess the effect of overweight and obesity on the autonomic nervous system activity in children.

METHODOLOGY: Data were collected from a cross sectional study including 916 children (7 to 12 years), from 20 primary schools in Porto, Portugal. Anthropometric measurements and bioelectrical impedance analysis were performed to assess body mass index (BMI) and characterize body composition - body fat percentage, body fat mass and total body water. BMI was classified according to age- and sex-specific percentiles defined by the World Health Organization, the US Centers for Disease Control and Prevention and the International Obesity Task Force. Pupillometry was performed to evaluate autonomic activity. Mann-Whitney, the chi-square, and Kruskal-Wallis tests were used as appropriate.

RESULTS: Final analysis included 858 children, 50.6% boys, with a prevalence of obesity ranging between 7.5% and 16.2% according to the International Obesity Task Force and percentage of body fat criteria, respectively. The average dilation velocity was significantly higher among children with obesity, regardless of BMI criteria.

CONCLUSIONS: Our results suggest that obesity in children is associated with a dysautonomia in autonomic nervous system, namely with changes in sympathetic

activity. Moreover, this findings provide support for the role of the autonomic nervous system in the interaction between lifestyle, diet and the BMI in children.

PO36. A INFLUÊNCIA DA EXPOSIÇÃO TELEVISIVA NO CONSUMO ALIMENTAR DAS CRIANÇAS

Rita Ribeiro¹; Ana M Pereira^{1,3}; António J Fernandes^{2,3}

¹ Escola Superior de Saúde de Bragança do Instituto Politécnico de Bragança

² Escola Superior Agrária de Bragança do Instituto Politécnico de Bragança

³ Centro de Investigação de Montanha do Instituto Politécnico de Bragança

Atualmente, a visualização televisiva durante as refeições e a presença de televisão no quarto, têm sido citados como possíveis mecanismos impulsionadores de comportamentos e hábitos alimentares não saudáveis. O objetivo deste estudo foi estudar a relação da exposição televisiva no consumo alimentar das crianças. Trata-se de um estudo quantitativo, transversal e analítico baseado numa amostra de 208 crianças com idades compreendidas entre os 6 e 11 anos. O instrumento de colheita de dados foi um questionário adaptado do questionário ESPIGA (NRAPCO, 2002) e do questionário de German Vicente-Rodríguez (Vicente-Rodríguez et al., 2011). A amostra revelou um consumo diário de fruta (50,0%), leite magro ou meio-gordo (48,6%), pão (47,6%), iogurtes (44,4%), carne (44,2%) e azeite (33,7%). Notou-se baixos valores de ingestão diária de bolos e biscoitos (16,3%), rebuçados, gomas ou chocolates (3,4%), fast-food (1,4%) e batatas fritas de pacote (1,0%). A maioria (92,3%) bebia água mais do que 1 vez por dia, e até pelo menos 3 vezes por semana, consumia refrigerantes com adição de açúcar (54,4%), sumos de fruta 100% (51,9%) e refrigerantes *diet* ou *light* (22,1%). Face à exposição televisiva, 57,3% via televisão todos os dias despendendo cerca de 1 a 2 horas na semana (82,2%) e mais de 2 horas no fim-de-semana (61,0%). Os dias e horas de visualização televisiva correlacionaram-se com o consumo de produtos ricos em gordura, sal e açúcar, como batatas fritas de pacote, *fast-food* e refrigerantes/chás com adição de açúcar (p -value $\leq 0,005$). A presença de televisão no quarto das crianças correlacionou-se com o consumo de iogurtes (p -value $\leq 0,005$). Constatando-se que a maioria das exposições ocorre em casa, torna-se imprescindível a implementação de regras, por parte dos familiares, com intuito de minorar a precoce exposição televisiva e consequentemente, prevenir o desenvolvimento e/ou surgimento de potenciais patologias nas crianças.

PO37. RELAÇÃO DA EXPOSIÇÃO TELEVISIVA E DO NÍVEL DE INSTRUÇÃO DO ENCARREGADO DE EDUCAÇÃO NO ÍNDICE DE MASSA CORPORAL INFANTIL

Joana Teixeira¹; Ana M Pereira^{1,3}; António J Fernandes^{2,3}

¹ Escola Superior de Saúde de Bragança do Instituto Politécnico de Bragança

² Escola Superior Agrária de Bragança do Instituto Politécnico de Bragança

³ Centro de Investigação de Montanha do Instituto Politécnico de Bragança

INTRODUÇÃO: A prevalência da obesidade tem implicações futuras na saúde e a televisão tem sido citada como um fator contribuinte, seja por incentivar o consumo de alimentos calóricos ou por conduzir ao sedentarismo. O nível de instrução dos encarregados de educação (ED) tem sido apontado como um determinante de um estilo de vida saudável, pelo que as crianças podem apresentar um maior risco de desenvolver excesso de peso.

OBJETIVOS: Analisar a relação da exposição televisiva e do nível de instrução do ED no Índice de Massa Corporal (IMC) infantil.

METODOLOGIA: Estudo quantitativo, transversal e analítico, realizado numa amostra de 208 crianças, com uma média de idades de $7,99 \pm 1,33$. Foi aplicado um questionário adaptado de Vicente-Rodríguez et al., e foi realizada uma avaliação antropométrica às crianças.

RESULTADOS: Verificou-se, quanto ao nível de instrução dos ED que 13,9%

apresentavam habilitações literárias ao nível do 6ºano e 32,2% apresentava ao nível do 12ºano. Constatou-se que 57,3% das crianças visualizavam televisão (TV) todos os dias, com mais horas de visualização de TV durante o fim de semana, comparativamente aos dias úteis da semana e que 65,9% não possuíam aparelho televisivo nos quartos. Aferiu-se que 28,4% das crianças apresentavam pré-obesidade e 14,4% obesidade. Observou-se uma correlação estatística entre o nível de instrução do ED e o IMC. Contactou-se que não houve correlação estatisticamente significativa entre os dias de exposição à TV e o IMC, e também não houve correlação estatisticamente significativa entre as horas de exposição com o IMC. Verificou-se, ainda, que não houve diferenças significativas no IMC das crianças tendo estas ou não uma TV no quarto.

CONCLUSÕES: Não houve correlação entre o IMC e a exposição televisiva, contudo o nível de instrução correlacionou-se com o IMC, corroborando que são determinantes na saúde infantil e é necessário o estímulo a atividades e programas que promovam um estilo de vida ativo.

PO38. MALNUTRIÇÃO INFANTIL E FATORES ASSOCIADOS NO MUNICÍPIO DE BENGUELA-ANGOLA

Isabel Catraio¹; Gorete Baptista^{1,2}; Ana Pereira^{2,3}

¹ Instituto Superior Politécnico Jean Piaget de Benguela

² Instituto Politécnico de Bragança

³ Centro de Investigação de Montanha do Instituto Politécnico de Bragança

INTRODUÇÃO: A malnutrição infantil, é considerada um grave problema de Saúde Pública nos países em desenvolvimento, por tratar-se de uma doença de causa multifactorial.

OBJETIVOS: Identificar os casos de malnutrição e fatores associados, em crianças menores de 5 anos no Município de Benguela.

METODOLOGIA: Estudo do tipo descritivo, transversal, de abordagem quantitativa, desenvolvido em Benguela-Angola. A amostragem foi aleatória e por conglomerados, obtendo-se uma amostra de 387 crianças menores de cinco anos. Foi aplicado um questionário que incluía dados antropométricos para triagem nutricional, e variáveis sociodemográficas e ambientais, para avaliação de fatores associados à malnutrição.

RESULTADOS: Das crianças avaliadas, 18,6% foram diagnosticadas com Malnutrição, das quais 54,2% apresentavam Malnutrição Aguda Severa e 45,83% Malnutrição Aguda Moderada. O estudo demonstrou que 30,6% das crianças com malnutrição viviam apenas com a mãe, a maior parte das mães (54,2%) eram vendedoras ambulantes e 20,8% estavam desempregadas. No que diz respeito ao número de pessoas que coabitavam com as crianças malnutridas, 51,4% tinham entre 6 e 10 pessoas a viver em casa. Observou-se ainda que 76,4% das mães das crianças com malnutrição tinham idades inferiores a 30 anos. Verificou-se uma relação estatisticamente significativa entre a malnutrição e as condições de moradia, e entre a malnutrição e a idade da progenitora.

CONCLUSÕES: Os resultados do presente estudo revelam que a malnutrição infantil se apresenta como um problema de saúde pública no município de Benguela. Os fatores associados à malnutrição infantil mostraram-se relacionados a iniquidades socioeconómicas e características inerentes à estrutura familiar. Um diagnóstico adequado do estado nutricional das crianças é essencial, sendo premente que os profissionais de saúde desenvolvam ações em parcerias com outros órgãos de proteção à criança de forma a encontrar soluções também para o problema social.

PO39. ACHIEVING A PLANETARY HEALTH DIET: RED MEAT AND LEGUMES AVAILABILITY IN PORTUGAL

Emilia Melim¹; João Costa Leite¹

¹ Faculdade de Ciências da Saúde da Universidade Fernando Pessoa

INTRODUCTION: The global food system has strong implications in the depletion of natural resources, biodiversity loss, greenhouse gas emissions and climate change. To face the current challenges, a planetary health diet was recently proposed by the EAT-Lancet Commission, highlighting the urgency of achieving more plant-based diets and reducing red meat consumption.

OBJECTIVES: The present study aims to compare the planetary health diet recommendations with the current consumption and availability of legumes, as a major plant-food protein source, and red meat in Portugal, discussing different policy options to achieve healthy and environmentally sustainable eating patterns in the country.

METHODOLOGY: Data from the Food and Agriculture Organization's Food Balance Sheets regarding legumes and red meat supply was used, as well as Statistics Portugal data for production and consumption of red meat, and National Food, Nutrition and Physical Activity Survey concerning consumption of both legumes and red meat. A literature review on potential policy strategies to achieve a dietary shift towards a planetary health diet was conducted.

RESULTS: The national consumption of red meat is four times above the recommendations for a healthy and sustainable diet (68g/day vs. 14g/day) while legumes consumption is three times below what is recommended (24g/day vs. 75g/day) indicating contrasting differences between the national data and the reference diet. Bovine meat, in particular, had a stable availability over the years unlike its production/consumption ratio, which decreased, relying more on importation for its consumption.

CONCLUSIONS: Focusing on the national consumption trends of red meat and legumes, our results confirm the negative environmental impact of dietary choices in Portugal. As discussed here, integrated policies that promote increased information and awareness regarding sustainable diets, and effective changes in the food environment facilitating sustainable choices, are essential to support a dietary shift in the country aligned with the planetary boundaries and sustainable development.

PO40. CONSUMO DE HORTOFRUTÍCOLAS, PARÂMETROS ANTROPOMÉTRICOS E FATORES DE RISCO MODIFICÁVEIS PARA DOENÇAS CARDIOVASCULARES

Jorge Ferreira¹; Sophie Ferreira²

¹ Casa de Saúde São Mateus, S.A.

² Centro Hospitalar Tondela-Viseu, EPE

INTRODUÇÃO: A maior parte das Doenças Cardiovasculares (DCV) resulta de um estilo de vida inapropriado e de fatores de risco (FR) modificáveis, onde está incluído entre outros, o consumo inadequado de hortofrutícolas. A avaliação e controlo dos FR constitui uma ferramenta indispensável na redução das complicações fatais das DCV e na implementação de estratégias.

OBJETIVOS: Descrever o consumo de hortofrutícolas, e verificar a associação entre consumo de hortofrutícolas, parâmetros antropométricos e FR para DCV.

METODOLOGIA: A amostra foi constituída por 64 utentes da consulta de nutrição do Centro Hospitalar Tondela-Viseu. Foram avaliados os FR não modificáveis e modificáveis para DCV, valores antropométricos e patologias consideradas de risco.

RESULTADOS: A amostra tinha uma média de idades de 52,34 anos e era maioritariamente do género masculino (51,6%), sem história familiar de DCV (51,6%), classificada como obesa (59,4%), com risco muito aumentado de complicações segundo o Perímetro Cintura (PC) (73,4%), e não tinham Hipertensão, Dislipidemia e Diabetes *Mellitus* (51,6%, 71,9% e 75% respetivamente). A percentagem de não fumadores foi de 60,9%, 64,1% eram sedentários, 62,5% ingeria bebidas alcoólicas e 64,1% consumia hortofrutícolas diariamente, mas inferior a 5 porções por dia (67,2%). Os FR com prevalência significativamente mais elevada nos homens foram os triglicéridos, consumo ocasional de bebidas alcoólicas e menor consumo de porções diárias de hortofrutícolas. A dislipidemia e a idade tiveram