



PADRÃO ALIMENTAR E LITERACIA NUTRICIONAL DOS PROFISSIONAIS DE UMA UNIDADE LOCAL DE SAÚDE DO NORTE DE PORTUGAL

Mariana Rebelo¹; Ana Maria Pereira^{2,3}; Elisabete Pinto⁴

¹Escola Superior de Saúde- Instituto Politécnico de Bragança, Portugal ²Centro de Investigação de Montanha (CIMO), Instituto Politécnico de Bragança, Campus de Santa Apolónia, 5300-253 Bragança, Portugal ³Research Centre for Active Living and Wellbeing (LiveWell), Instituto Politécnico de Bragança, Bragança, Portugal. ⁴Centro de Biotecnologia e Química Fina- Universidade Católica Portuguesa, Portugal

Introdução

Uma maior Literacia Nutricional (LN) poderá associar-se à adoção de um padrão alimentar mais saudável, tal como a Dieta Mediterrânica (DM) ou a Dieta Atlântica (DA).

Objetivo

Caraterizar o padrão alimentar dos profissionais de uma Unidade Local de Saúde e relacioná-lo com a sua Literacia Nutricional.

Metodologia

Estudo transversal, realizado numa Unidade Local de Saúde do Norte de Portugal, entre agosto e setembro de 2023. Para avaliar o nível de adesão à DM e à DA utilizaram-se as ferramentas **PREDIMED** e um **índice da Fundación Dieta Atlântica**, respetivamente. A literacia nutricional foi avaliada através do **Newest Vital Sign**.

Resultados

Figura 1: Caracterização da amostra

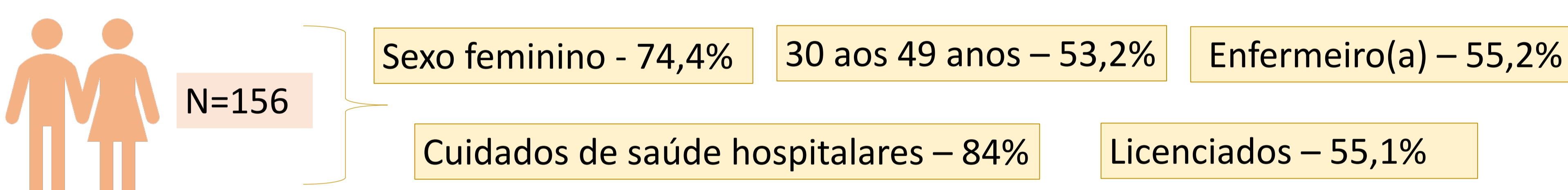
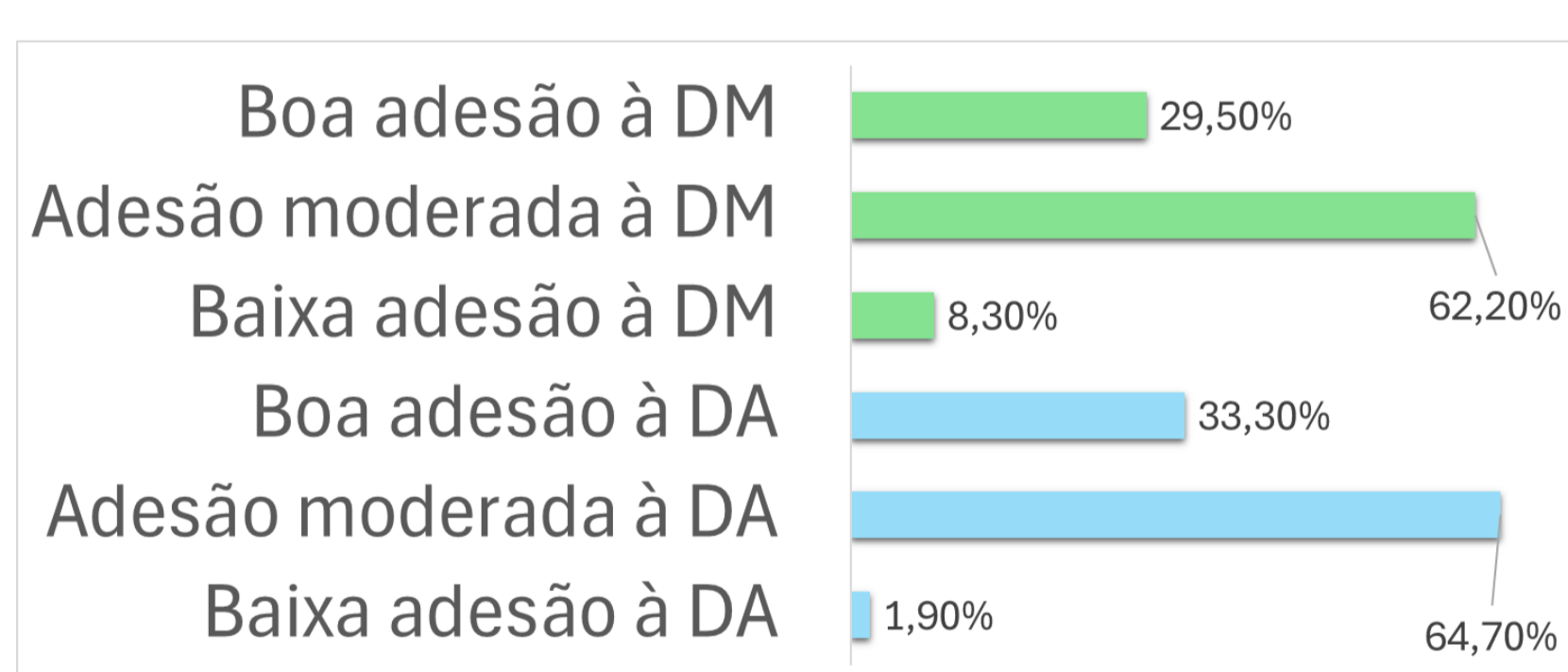


Gráfico 1: Adesão à DM e à DA



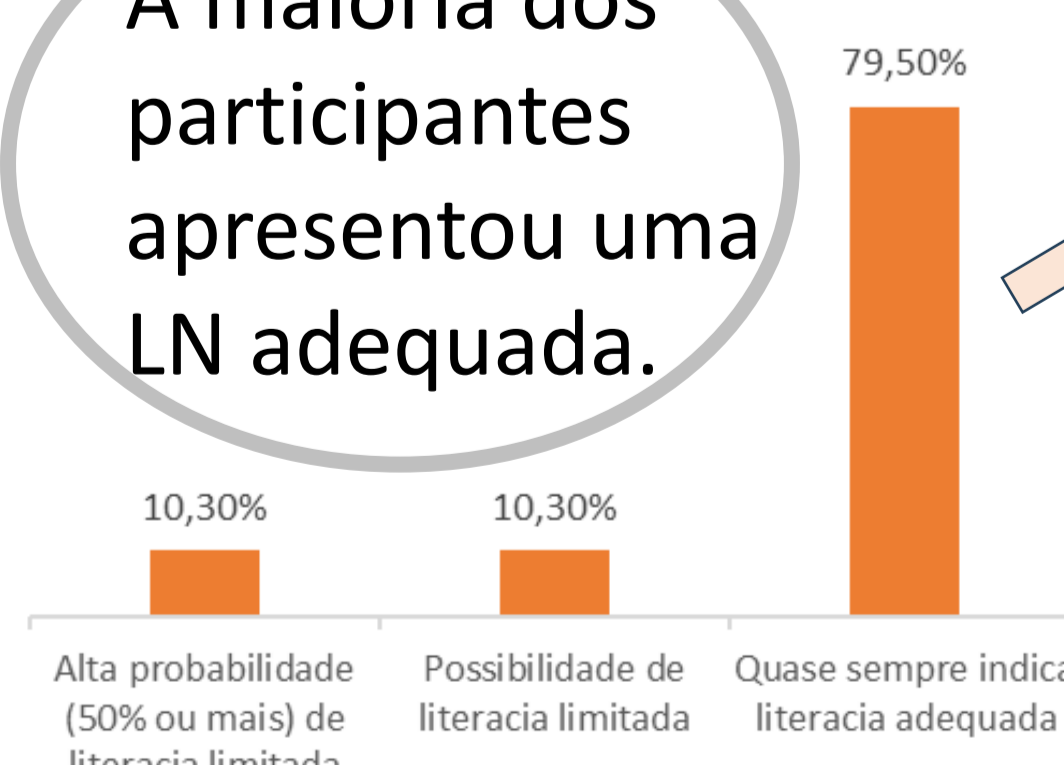
A maioria dos participantes apresentou uma adesão moderada à DM e à DA.

Apresentaram uma maior adesão à DA comparativamente aos homens (p=0,001)

Gráfico 2: Literacia Nutricional da amostra



A maioria dos participantes apresentou uma LN adequada.



A LN foi superior nos profissionais com maior escolaridade e nos profissionais das áreas das ciências da saúde.

Não foram observadas relações significativas entre a adesão à DM ou à DA e a LN.

Conclusão

Os profissionais de saúde afastam-se dos padrões alimentares ancestrais associados a benefícios para a saúde, mesmo tendo uma Literacia Nutricional adequada.