



Associação Portuguesa
dos Nutricionistas

ABRIL-JUNHO 2012

NUTRÍCIAS

A REVISTA DA ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DOS NUTRICIONISTAS

NÚMERO 13

ISSN: 2182-7230

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

Corpo Editorial

Directora

Helena Ávila M. | Associação Portuguesa dos Nutricionistas, Porto

Coordenador Conselho Científico

Nuno Borges | Associação Portuguesa dos Nutricionistas, Porto

Coordenadora Editorial

Helena Real | Associação Portuguesa dos Nutricionistas, Porto

Conselho Científico

Ada Rocha | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto

Alejandro Santos | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto

Ana Cristina Santos | Faculdade de Medicina da Universidade do Porto, Porto

Ana Gomes | Escola Superior de Biotecnologia da Universidade Católica, Porto

Ana Paula Vaz Fernandes | Universidade Aberta, Lisboa

Ana Rito | Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Lisboa

Andreia Oliveira | Faculdade de Medicina da Universidade do Porto, Porto

Bruno Lisandro Sousa | Região Autónoma de Saúde da Madeira, Madeira

Carla Lopes | Faculdade de Medicina da Universidade do Porto, Porto

Carla Pedrosa | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto

Carmen Brás Silva | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto

Cláudia Afonso | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto

Cláudia Silva | Universidade Fernando Pessoa, Porto

Conceição Calhau | Faculdade de Medicina da Universidade do Porto, Porto

Duarte Torres | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto

Elisabete Pinto | Escola Superior de Biotecnologia da Universidade Católica, Porto

Elisabete Ramos | Faculdade de Medicina da Universidade do Porto, Porto

Flora Correia | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto

Isabel Monteiro | Centro de Saúde de Aldoar, ARS Norte, Porto

Maria Daniel Vaz de Almeida | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto

Nelson Tavares | Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, Lisboa

Nuno Borges | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto

Olívia Pinho | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto

Paula Ravasco | Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa, Lisboa

Pedro Graça | Direcção-Geral da Saúde, Lisboa

Pedro Moreira | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto

Roxana Moreira | Instituto Superior de Ciências da Saúde do Norte, Porto

Sandra Leal | Instituto Superior de Ciências da Saúde do Norte, Porto

Sara Rodrigues | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto

Teresa Amaral | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto

Vitor Hugo Teixeira | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto

Ficha Técnica

Revista Nutricias N.º13, Abril-Junho 2012 | ISSN 2182-7230 | Revista da Associação Portuguesa dos Nutricionistas | Rua João das Regras, n.º 284, r/c 3, 4000-291 Porto | Tel.: +351 22 208 59 81 | Fax: +351 22 208 51 45 | E-mail: revistanutricias@apn.org.pt | **Propriedade** Associação Portuguesa dos Nutricionistas |

Periodicidade 4 números/ano (1 edição em papel e 3 edições em formato digital): Janeiro-Março; Abril-Junho; Julho-Setembro e Outubro-Dezembro | **Concepção Gráfica** Muris - Grupo de Comunicação | **Notas** Esta revista não foi escrita ao abrigo do novo acordo ortográfico. Os artigos publicados são da exclusiva responsabilidade dos autores, não coincidindo necessariamente com a opinião da Associação Portuguesa dos Nutricionistas. É permitida a reprodução dos artigos publicados para fins não comerciais, desde que indicada a fonte e informada a revista. **Edição exclusivamente em formato digital.**

Índice

EDITORIAL

Nuno Borges

2

CIENTIFICIDADES - ARTIGOS ORIGINAIS

Caracterização da Prestação do Serviço de Refeições Escolares pelos Municípios Portugueses

Mariana Barbosa, Helena Ávila M., Ada Rocha

3

Avaliação Antropométrica e dos Hábitos Alimentares de um Grupo de Beneficiários do Banco Alimentar Contra a Fome

Analisa Neto, Ema Castro, Isabel Teixeira, Natália Silva

10

CIENTIFICIDADES - ARTIGOS DE REVISÃO

Influência da Composição Corporal das Mulheres nos Tratamentos de Procriação Medicamente Assistida

Elsa Madureira

15

PROFISSIONALIDADES

Função do Profissional de Nutrição na Implementação do Regulamento n.º 1169/2011 - Prestação de Informação aos Consumidores sobre os Géneros Alimentícios

Rita Amaral, Beatriz Oliveira

19

RESUMOS - XI CONGRESSO DE NUTRIÇÃO E ALIMENTAÇÃO

Resumos de Palestras

23

Resumos de Comunicações Orais

37

Resumos de Posters

45

NORMAS DE PUBLICAÇÃO

62

Editorial

Nutrícias

Com o lançamento do 13.º número da revista Nutrícias fecha-se um ciclo e abre-se um novo. O ciclo que agora termina, e que correspondeu formalmente a um número anual, em (bom) papel e abrangendo um leque variado de temas relacionados com as Ciências da Nutrição mas também com as problemáticas ligadas à profissão de Nutricionista, correspondeu a um período de intensa afirmação. Afirmação da área, da profissão, da ciência e da própria Associação Portuguesa dos Nutricionistas, mas sobretudo a afirmação de quem protagonizou a notabilíssima projecção social da Nutrição e dos Nutricionistas.

Entendeu-se que era tempo de conferir à revista um outro cunho, mais científico, definindo-se como o grande objectivo a sua indexação. Esta vontade resulta do número crescente de pessoas que dedicam todo ou parte do seu tempo ao estudo da Alimentação e da Nutrição e que levam a um aumento notório da capacidade da respectiva produção científica. Pretendeu-se deste modo dar à Nutrícias o papel de veículo de divulgação dos trabalhos de investigação que resultam desse labor de tantos investigadores. Para tal, e como já tinha sido anunciado, passaremos a contar com quatro números anuais, dos quais três em edição exclusivamente electrónica. Contaremos igualmente com um corpo editorial reforçado assim como com a dedicação habitual de quem trabalha na APN e tem tornado possível o rigor e a qualidade que tem sido a marca desta publicação. Não menos importante, temos hoje a possibilidade de contar com inúmeros colegas altamente diferenciados sob o ponto de vista científico e cujos conhecimentos e generosidade nos permitirão dispor de um sistema de arbitragem científica condizente com as ambições que temos para a Nutrícias. Neste número destacamos, para além de quatro artigos originais do maior relevo e que tocam várias áreas das Ciências da Nutrição, o conjunto dos resumos do recente XI Congresso da Associação Portuguesa dos Nutricionistas. Para os que não puderam estar presentes será uma oportunidade para contactarem com tantas e tão boas intervenções científicas. Para os que tiveram a felicidade de participar constituirá, certamente, uma forma de relembrar e sedimentar o que foi transmitido.

Como conclusão, deixamos o desafio a todos para que ajudem a Nutrícias a tornar-se o órgão por excelência da comunicação científica nas Ciências da Nutrição em Portugal. Ajudar é, neste caso, produzir investigação de qualidade sempre com objectivos cada vez mais ambiciosos e publicar aqui os respectivos resultados. Estamos certos que este número 13 nos trará essa sorte e que será o ponto de partida para mais um projecto de que todos nos poderemos orgulhar.

Nuno Borges

Direcção da Associação Portuguesa dos Nutricionistas
Coordenador do Conselho Científico da Revista Nutrícias

induzir em erro (principalmente em casos de monotonia alimentar) quanto à estimativa da ingestão diária individual, podendo considerar-se uma ingestão sub ou sobrevalorizada. À luz da realidade institucional e tendo em conta indicadores de intervenção nutricional, este erro pode comprometer a avaliação da ingestão alimentar estimada (podendo o manual de dietas assumir-se como método indirecto de avaliação), assim como condicionar a actuação do nutricionista enquanto promotor de um adequado estado nutricional.

P050: Índice de massa corporal dos 0 aos 60 meses de crianças e adolescentes com excesso de peso encaminhados para a consulta de nutrição

Susana Montenegro¹, Heloísa Maia^{1,2}

¹ ACES Baixo Mondego II

² Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto

Introdução: Globalmente estima-se que mais de 200 milhões de crianças em idade escolar têm excesso de peso, das quais 40-50 milhões são obesas. Estudos sugerem períodos críticos na gênese da obesidade e suas complicações. A gestação e os primeiros anos de vida são um desses períodos.

Objectivo: Descrever a evolução do percentil de Índice de Massa Corporal (IMC) dos 0 aos 60 meses de crianças e adolescentes com excesso de peso encaminhados para consulta de nutrição num ACES da Região Centro.

Métodos: Participaram 46 indivíduos, com idades compreendidas entre 5 e 17 anos, com excesso de peso. Na consulta de nutrição foi feita avaliação, diagnóstico e intervenção nutricional e, posteriormente foi consultado boletim de saúde infantil. Na análise estatística foi utilizado o SPSS 14.0.

Resultados: Em média (\pm DP), os indivíduos tinham 10,4 (\pm 3,3) anos. 56,5% era do sexo feminino. 87% eram obesos. A maioria não tinha patologias associadas. 80,4% não tomavam fármacos. Os antecedentes familiares mais descritos foram diabetes (47,8%), obesidade (39,0%) e HTA (34,8%). A média do peso, altura e IMC à nascença foi, respectivamente, 3,227 (\pm 0,493)kg, 0,483 (\pm 0,019)m e 13,8 (\pm 1,7)kg/m² no sexo feminino e 3,421 (\pm 0,534)kg, 0,496 (\pm 0,019)m e 13,8 (\pm 1,3)kg/m² no sexo masculino. A gestação foi, em média, 38,7 (\pm 1,9) semanas. Em 70% dos indivíduos obtivemos duração do aleitamento materno. A média foi 9,1 (\pm 12,0) meses. Na Tabela 1 estão descritos os valores, em percentagem, da classificação do percentil de IMC, segundo as tabelas da OMS, dos 3 aos 60 meses.

Conclusões: A maioria dos indivíduos era normoponderal à nascença mas verificou-se uma redução desta percentagem desde os 3 meses, sendo mais notória após os 24 meses. A promoção de comportamentos saudáveis nos pais e família promovendo o aleitamento materno e transmitindo a necessidade do estabelecimento e manutenção de hábitos alimentares equilibrados durante mas também após a diversificação alimentar, poderá ser um factor determinante na prevenção da obesidade em idades precoces.

TABELA 1: Valores em percentagem da classificação do percentil de IMC segundo as tabelas da OMS, dos 3 aos 60 meses

Idade (meses)	Percentil de IMC			Sem registo
	Normoponderal	Pré-obeso	Obeso	
3	60,9%	10,9%	10,9%	17,4%
6	63,0%	15,2%	13,0%	8,7%
9	52,2%	28,3%	4,3%	15,2%
≥ 12 e < 18	45,7%	32,6%	15,2%	6,5%
≥ 18 e < 24	43,5%	17,4%	15,2%	23,9%
≥ 24 e < 36	23,9%	21,7%	23,9%	30,4%
≥ 36 s e < 48	15,2%	17,4%	30,4%	37,0%
≥ 48 e < 60	15,2%	10,9%	32,6%	41,3%
60	15,2%	2,2%	28,3%	54,3%

P051: Efeito do projecto “conta, peso e medida” em parâmetros antropométricos em adolescentes escolarizados com obesidade

Liliana Granja¹, Cláudia Simões², Margarida Sucena³, Rosa Seabra², Fernanda Pinto²

¹ ACES Baixo Vouga I, URAP

² ACES Baixo Vouga I, USP

³ ACES Baixo Vouga I, Centro de Saúde de Águeda

Introdução: A obesidade é um dos problemas de saúde mais graves que afecta crianças e adolescentes a nível mundial. Devido à sua elevada prevalência e aos riscos que acarreta, torna-se indispensável encontrar estratégias que visem a sua redução.

Objectivo: Avaliar o efeito do Projecto “Conta, Peso e Medida” na evolução de variáveis antropométricas em adolescentes com obesidade.

Métodos: Trata-se de um estudo descritivo e os participantes elegíveis foram todos os adolescentes inscritos numa escola básica do 2º e 3º ciclos do Concelho de Águeda no ano lectivo 2010/2011, com diagnóstico de obesidade (percentil IMC >95). Dos 34 adolescentes com obesidade, em 17 obteve-se o consentimento para participarem no Projecto. Foi-lhes realizada uma consulta de enfermagem, na qual foi aplicado um questionário de administração directa para avaliação de variáveis sociodemográficas e comportamentais, e consulta com médico de família, que encaminhou posteriormente à nutricionista. A intervenção nutricional consistiu de 3 consultas de nutrição e, paralelamente, 4 workshops (dois sobre alimentação saudável, um *show cooking* e um de actividade física) entre Janeiro e Julho de 2011. Na consulta de nutrição, relativamente à avaliação antropométrica, avaliou-se o peso, estatura, perímetro da cintura e %massa gorda, de acordo com procedimentos padronizados e o IMC foi classificado de acordo com os percentis estabelecidos pelo CDC. Na primeira consulta foi prescrito um plano alimentar estruturado e/ou aconselhamento alimentar e incentivo à actividade física, reavaliados nas consultas subsequentes. Onze adolescentes frequentaram os workshops e as 3 consultas de nutrição, constituindo a amostra final. Para a análise estatística dos dados utilizou-se o programa SPSS® versão 17.0. Usaram-se métodos estatísticos descritivos usuais e para comparação das médias usou-se o teste t de student para amostras emparelhadas ou o equivalente não paramétrico (teste de Wilcoxon).

Resultados: Os onze adolescentes tinham idades compreendidas entre 10 e 14 anos e 54,5% eram do sexo feminino. Na terceira consulta de nutrição, comparativamente com a inicial, verificou-se uma diminuição do IMC (26,6 vs.26,0), %massa gorda (34,5 vs.32,8) e perímetro da cintura (82,1 vs.81,6cm) e aumentaram ligeiramente o peso (65,4 vs.65,8kg), contudo sem significado estatístico. Os adolescentes aumentaram significativamente a sua estatura (1,56 vs.1,58cm, p=0,003). Constatou-se uma redução de 27,3% na prevalência de obesidade no final do projecto.

Conclusões: A abordagem adoptada no Projecto “Conta, Peso e Medida” parece ser eficaz no tratamento da obesidade, dado que permitiu uma melhoria de parâmetros antropométricos relevantes e redução da prevalência de obesidade nestes adolescentes.

P052: Avaliação antropométrica em adolescentes: índice de massa corporal, percentagem de gordura corporal e circunferência da cintura

Vera Ferro-Lebres^{1,2}, Pedro Moreira^{2,3}, José Carlos Ribeiro²

¹ Instituto Politécnico de Bragança

² Centro de Investigação em Actividade Física e Lazer da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto

³ Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto

Introdução: As medidas antropométricas são frequentemente utilizadas para avaliar o estado nutricional, quer em contexto clínico, quer em contexto comunitário. Sabe-se que a avaliação da composição corporal através de bioimpedância é um método mais preciso do que o IMC ou a circunferência da cintura, no entanto por ser dispendioso e moroso, nem sempre pode ser utilizado.

Objectivo: Avaliar a relação entre percentil de IMC-Idade| circunferência da cintura e percentagem de massa gorda em adolescentes.

Métodos: Avaliou-se o Percentil de IMC: Idade, depois de medido o peso (TANITA BC-545) e a estatura (SECA); a percentagem de gordura corporal (TANITA BC-545) e a circunferência da cintura de 116 adolescentes em contexto escolar, depois de obtido consentimento informado dos encarregados de educação.

Resultados: Verifica-se que existe uma correlação positiva entre a percentagem de massa gorda (%MG) e a circunferência abdominal ($R^2 = 0.397$; $p = 0,000$); e a %MG e o percentil IMC: Idade ($R^2 = 0.622$; $p = 0,000$).

Conclusões: O presente trabalho reforça a eficácia do percentil IMC: Idade e Circunferência da Cintura como métodos de identificação do estado nutricional da população portuguesa adolescente. Estes resultados são particularmente importantes para a nutrição comunitária e em investigação, quando a ausência de equipamentos e mão de obra, muitas vezes inviabiliza a recolha de dados de composição corporal por bioimpedância.

P053: Avaliação do consumo do pequeno-almoço em indivíduos adultos

Karine Esteves¹, Marta Alexandra Rocha Pinto¹, Maria Raquel Gonçalves e Silva¹

¹ Faculdade de Ciências da Saúde da Universidade Fernando Pessoa

Introdução: O consumo do pequeno-almoço tem demonstrado ser um importante indicador de um estilo de vida saudável, sendo considerado por vários especialistas, a refeição mais importante do dia.

Objectivos: Assim, este trabalho teve como objectivo avaliar a frequência e o tipo de pequeno-almoço consumido por indivíduos que estudam e trabalham na Universidade Fernando Pessoa, através de um questionário específico elaborado para o efeito.