

13º Congresso Português de Obesidade

Livro de Resumos

**ENDO**  
**ENDOCRINOLOGIA**  
**& DIABETES**  
**OBESIDADE**

NOVEMBRO 2009

VOL. 3 | SUPLEMENTO



## PÓSTERES

### P 1

#### Alimentação e actividade física na infância: um diagnóstico da situação

Inês Gil Forte, Denise Alexandra, Ana Sofia Carneiro, Luís F Nogueira

[inesgforte@gmail.com](mailto:inesgforte@gmail.com)

Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa

**Introdução:** A obesidade infantil é considerada um problema de saúde pública, tornando-se primordial estudá-la e encontrar formas de a prevenir. Defendendo que a saúde e a educação devem andar de mãos dadas, deve investir-se em programas educativos que visem modificar estilos de vidas e melhorar o estado de saúde das crianças.

**Objectivos:** Este estudo teve como objectivos avaliar a prevalência de excesso ponderal e obesidade, efectuar a caracterização socio-demográfica dos alunos dos 5.º e 6.º anos de uma escola de Leiria e analisar os seus conhecimentos, atitudes e comportamentos sobre alimentação e actividade física.

**Métodos:** Tratou-se de um estudo observacional, transversal e descritivo. Os dados foram colhidos por entrevistas semi-estruturadas e questionários de auto-preenchimento. Foram usados os softwares Microsoft Office Excel 2003\* e SPSS Statistics 17.0\*.

**Resultados:** De uma população acessível de 322 indivíduos, obtivemos uma amostra de 233 (72%) alunos. A maioria (127, 54,5%) eram raparigas. Oito alunos tinham baixo peso (abaixo do P5), 154 tinham peso normal (P5-P85), 44 apresentavam excesso ponderal (P85-P95) e 20 tinham critérios de obesidade (acima de P95). A análise dos questionários mostrou que o nível de conhecimentos não tinha correspondência directa com as atitudes e comportamentos.

**Discussão:** Como futura linha de investigação propomos um estudo experimental, aleatorizado e controlado que avalie a efectividade de uma sessão de educação para a saúde concebida especificamente para promover a aquisição de conhecimentos, a mudança de atitudes e a adopção de comportamentos relacionados com alimentação e com actividade física.

**Palavras-Chave:** Obesidade infantil, Alimentação, Actividade física.

### P 2

#### Hábitos alimentares & DCV na população do distrito de Bragança

Sandra PC Capitão, Hélia Sampaio, Vera Ferro Lebres

[capitaosand@hotmail.com](mailto:capitaosand@hotmail.com)

Instituto Politécnico de Bragança- Escola Superior de Saúde

**Introdução:** A elevada prevalência dos factores de risco associados às doenças do aparelho circulatório, nomeadamente a hipercolesterolemia, o tabagismo, a hipertensão arterial e o sedentarismo apontam para uma especial atenção à sua prevenção. Desde modo, a composição da ingesta alimentar diária pode influenciar o surgimento de Doenças Cardiovasculares (DCV), uma vez que tem sido demonstrada a associação entre os factores de risco e a ingesta alimentar.

A modificação da dieta e dos estilos de vida deve ser um elemento central no tratamento das doenças cardiovasculares, impossível de ser subestimada ou substituída por uma estratégia farmacológica.

**Objectivos:** O presente estudo teve como objectivo identificar a influência de factores sócioeconómicos e educacionais no estado nutricional e no surgimento de DCV.

**Métodos:** Foram estudados 234 indivíduos com idade superior a 18 anos, pertencentes a uma população do nordeste transmontano português. Profissionais treinados recolheram dados antropométricos e realizaram uma entrevista onde foram recolhidos dados pessoais para caracterização da população a nível social e pessoal e dados relativos à ingesta alimentar habitual.

**Resultados:** Do total de indivíduos inquiridos 63% são do sexo feminino e 37% do sexo masculino. Do sexo feminino 20% apresenta excesso de peso e 14% Obesidade, do sexo masculino 17% tem excesso de peso e 9% Obesidade. Dos casados, 22% apresentam factores de risco de DCV, 25% dos que vivem com a família, 5 % dos que vivem sozinhos, 23 % dos indivíduos com um baixo nível de escolaridade e 41% dos indivíduos que se encontram inactivos, apresentam factores de risco de DCV.