

UNIVERSIDADE DE MARÍLIA

NUTRICIÊNCIA

VIII Encontro de Iniciação Científica do curso de Nutrição

28 de maio de 2018

CADERNO DE RESUMOS

ISSN 2316-2694

UNIVERSIDADE DE MARÍLIA

REITOR

Márcio Mesquita Serva

VICE-REITORA

Regina Lúcia Otaiano Losasso Serva

PRÓ-REITOR DE GRADUAÇÃO

José Roberto Marques de Castro

PRÓ-REITORA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO

Fernanda Mesquita Serva

PRÓ-REITORA DE AÇÃO COMUNITÁRIA

Fernanda Mesquita Serva



UNIMAR-UNIVERSIDADE DE MARÍLIA
Av. Higyno Muzzi Filho, 1001 – CEP 17.525-902
Marília – SP
Tel.: 14 – 2105-4000
Home page: <http://www.unimar.br>
MARÍLIA-SP

NUTRICIÊNCIA

VIII Encontro de Iniciação Científica do curso de Nutrição

COMISSÃO ORGANIZADORA

Profa. Dra. Cláudia Rucco Penteado Detregiachi
Profa. Ms Mara Silvia Foratto Marconato
Profa. Dra. Walkiria Martinez Heinrich Ferrer

EDITORAÇÃO GRÁFICA

Profa. Dra. Walkiria Martinez Heinrich Ferrer

APOIO

Núcleo Integrado de Pesquisa e Extensão
NIPEX/UNIMAR



SUMÁRIO

<i>Apresentação</i>	05
<i>Sessão de comunicações: Apresentação oral</i>	07
<i>Sessão de comunicações: Apresentação em painéis</i>	20
<i>Índice remissivo de autores</i>	71

Apresentação

Pesquisa é definida como um “conjunto de atividades que tem por finalidade a descoberta de novos conhecimentos...” ou ainda “investigação, indagação minuciosas”.

O Nutriciência, que tem a pesquisa como fomento e meta, nasceu e perdura há oito anos embasado no propósito de semear nos graduando a necessidade da descoberta de novos conhecimentos, na indagação da realidade, e, além disso, do reconhecimento de que muito há para descobrir.

Descobrir o novo é algo fascinante!

E vamos em frente! Que assim seja!

Profa. Dra. Cláudia Rucco

"Supor é bom, descobrir é melhor." (Mark Twain)

Sessão de comunicações

Apresentação oral

AValiação de vídeo educativo como recurso para promoção da prática da dieta sustentável

CARVALHO, Evelyn Silva*; MICHELAN, Vanessa Aparecida*; ANTÔNIO, Natalia Mayara*; RAVAGNANI, Juliana Rocha*; PAIXÃO, Mayara Kattleen*; MILLER, Tânia Corrêa**.

As dietas sustentáveis podem ser consideradas como uma das mais relevantes formas de proteção e respeito ao ecossistema e sua biodiversidade, já que se propõe em suprir as reais necessidades do consumo humano evitando assim a agressão ao ecossistema. A principal causa do desgaste ambiental é a produção e consumo de alimentos descontrolado, o que põe em risco sua estrutura de recursos, que é decorrente do aumento na procura por alimentos, ocasionados pelo crescimento populacional e pelas modificações no padrão de consumo. Nesse cenário a alimentação se apresenta como a razão de boa parte dos problemas de saúde e sócio ambiental. Dessa forma, é de grande importância a educação alimentar e ambiental desde cedo em escolas e também em empresas, já que visa à conscientização acerca da importância dos hábitos alimentares saudáveis e preservação do meio ambiente. O estudo apresentado tem como objetivo analisar a compreensão da população de estudo sobre o vídeo a partir de um instrumento de avaliação. Esta população de estudo será composta por 500 funcionários adultos de uma empresa privada, que deverão responder um questionário adaptado de Ribeiro (2016) logo após assistirem ao vídeo educativo. O vídeo foi produzido e editado com o apoio dos alunos do curso de Publicidade e Propaganda da Universidade de Marília (UNIMAR) e da TV Marília, e neste é abordado a definição de dieta sustentável, os benefícios desta dieta, como orientar e seguir uma dieta sustentável e sobre a importância dos profissionais nutricionistas incorporarem o conceito de sustentabilidade em todos os seus processos de trabalho. O presente estudo terá início somente após a apreciação e aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Marília - Unimar. A participação do indivíduo na pesquisa estará vinculada à assinatura do TCLE.

Palavras-chave: Dieta sustentável. Meio ambiente. Saúde Coletiva.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

ANÁLISE SENSORIAL DE PREPARAÇÕES PROBIÓTICAS: uma comparação entre kefir e iogurte natural comercial

GARBIM, Daniele Paula*; BAVARESCO, Iago Uetanabara*; MOREIRA, Isabella Fernanda de Oliveira*; MENEGHON, Rafaela Moreira*; CRUZ, Rafaela Souza*; DETREGIACHI, Claudia Rucco Penteado**; MARCONATO, Mara Silvia Foratto**.

Os alimentos funcionais são aqueles que oferecem a promoção da saúde além da nutrição convencional. Dentre estes alimentos, encontram-se os classificados como probióticos, que são definidos como microorganismos vivos benéficos a saúde quando ministrado em doses adequadas (FAO/WHO,2006). Diniz et al. (2003) afirma que o kefir exibe múltiplas vantagens como: redução de intolerância a lactose, imunomodulação, atividade anticarcinogênica e modulação nos níveis de colesterol. Ainda sobre os benefícios do kefir, de acordo com Kim et al. (2018) que conclui ser um alimento natural contendo mais de 50 tipos de bactérias providas dos probióticos que apresentam atividade antioxidante, antialérgico, anti-inflamatório e anti-esteatose hepática. A sua resistência gastrointestinal implica na capacidade de sobrevivência dos microorganismos contribuindo para uma eficiente colonização exercendo efeitos positivos sobre o hospedeiro. De acordo com Rosa et al. (2017), o kefir é um produto seguro e acessível, produzido artesanalmente. As características nutricionais do kefir variam a partir da composição do leite utilizado em sua fabricação. As características conferidas ao kefir incita as indústrias para elaboração de novos produtos alimentícios a base deste probiótico. Objetivando a facilidade e o bom acesso para o consumidor, visto que seu cultivo exige tempo e condições adequadas. O objetivo deste estudo é elaborar uma preparação utilizando o kefir e um probiótico comercial, e assim avaliar e comparar a aceitação dos alunos do curso de nutrição de uma instituição privada. Serão desenvolvidas duas preparações probióticas, uma contendo kefir e outra iogurte natural comercial. A receita utilizada será uma mousse, a base de frutas, morango e banana alterando somente o probiótico. Produziremos as receitas no laboratório de técnica e dietética no bloco 5 da Universidade de Marília. Será preparado por acadêmicos do 7º termo de nutrição. Em seguida as amostras serão distribuídas em porções de 30 gramas para análise sensorial em uma sala adequada para atividade. Realizarão, em prova aberta, o teste sensorial: teste afetivo de escala hedônica de 9 pontos, contendo aspectos a serem avaliados como aparência, sabor, textura, aceitabilidade do produto e iniciativa de compra. Os participantes do teste serão os acadêmicos regularmente matriculados no curso de Nutrição da Universidade de Marília – Unimar, que declararem não possuir nenhum tipo de intolerância ou alergia alimentar por meio de assinatura prévia. Os acadêmicos serão convidados a participar do teste e os interessados assinarão um termo de consentimento livre e esclarecido após receberem informações detalhadas sobre a natureza da investigação. O tratamento estatístico dos dados quantitativos será realizado com apoio dos programas Excel for Windows e BioEstat 5.0. Para caracterização da população e a apresentação dos dados será utilizada a estatística descritiva com apresentação em tabelas de frequência ou média \pm desvio-padrão, mediana, mínimo e máximo. Para avaliar a significância das análises e associação das variáveis estudadas será utilizada a estatística inferencial com a aplicação de testes apropriados, dependendo da variância dos dados a serem analisados.

Palavras-chave: Funcional. Kefir. Preparação. Probiótico.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

RELAÇÃO ENTRE A ESPESSURA DA CARÓTIDA E NÍVEIS SÉRICOS DE VITAMINA D EM ADULTOS E IDOSOS

SILVA, Adriele Simi da*; KOUZEKI, César*; MEIRELES, Jaqueline*; CANTARIM, Laura Bergo*; MACHADO, Luana de Souza*; BIANCHINI, Nágila*; SCUCUGLIA, Natália*; QUESADA, Karina**.

A espessura íntima média da carótida e a presença de placa aterosclerótica estão sendo associadas fortemente com os níveis séricos de vitamina D, ou seja, o aumento das doenças cardiovasculares pode estar relacionado com a deficiência dessa vitamina. O objetivo do estudo será avaliar a espessura da íntima da carótida conforme o exame de ultrassonografia e relacionar esta variável com níveis de vitamina D sérico e estado nutricional em pacientes adultos e idosos. O estudo será desenvolvido a partir de levantamento de dados em prontuários de pacientes atendidos em uma clínica de cardiologia particular na cidade de Marília/SP. Serão coletados os dados antropométricos (peso, estatura e circunferência da cintura), exame bioquímico de vitamina D e o laudo de ultrassom de carótida dos pacientes atendidos no período de abril de 2017 a agosto de 2018. Serão incluídos no estudo pacientes adultos e idosos que tenham registrado nos prontuários os dados citados anteriormente, sendo observado um intervalo máximo de três meses entre os exames (US carótica, vitamina D sérica e a coleta dos dados antropométricos). As medidas antropométricas que constam em prontuário foram aferidas e registradas por estagiários do curso de nutrição treinados por profissionais de acordo com as técnicas padronizadas. Quanto aos exames bioquímicos serão coletados dos prontuários os dados de perfil lipídico, glicemia e vitamina D sérica solicitados pelo médico responsável. A vitamina D será classificada em maior do que 20 ng/mL, sendo desejável para população geral saudável; entre 30 e 60 ng/mL o recomendado para grupos de risco como idosos e gestantes; entre 10 e 20 ng/mL é considerado baixo e menor do que 10 ng/mL muito baixa. Dos prontuários também serão coletados os laudos de ultrassom de carótida. Estes serão utilizados a fim de avaliar o espessamento em milímetros e constatar a presença ou ausência de placas ateroscleróticas, que por sua vez permitem classificar a gravidade do comprometimento cardiovascular para posteriormente realizar a correlação com os exames séricos de vitamina D. O tratamento estatístico dos dados quantitativos será realizado com apoio do programa BioEstat 5.0. Os dados serão apresentados em tabelas de frequência ou média \pm desvio padrão, mediana, mínimo e máximo. Para avaliar a associação das variáveis estudadas serão utilizados os testes apropriados, dependendo da variância dos dados a serem analisados. A probabilidade de significância considerada será 5% ($p < 0,05$) para as operações efetuadas.

Palavras-chave: Antropometria. Carótida. Vitamina D.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

DIETA LOW CARB: efeito sobre ingestão, peso, composição corporal e parâmetros bioquímicos em ratos Wistar

TEODOSIO, Bianca Thayna^{*}; FERNANDES, Bruna Moreira^{*}; PARRA, Julia da Silva^{*}; RIBEIRO, Michele Silva^{*}; NETO, Osvaldo Vieira Gomes^{*}; BUENO, Patrícia Cincotto dos Santos^{**}; DETREGIACHI, Cláudia Rucco Pentead^{**}.

Há muita discussão sobre como promover o emagrecimento de forma adequada. Entretanto, as atuais diretrizes dietéticas apoiam que a base está no balanço energético negativo, induzido pela combinação de uma baixa ingestão calórica e aumento do gasto energético por meio da atividade física, tendo como resultado a redução da massa corporal. Porém, dentre as várias opções para solucionar o problema em questão, surgem as dietas da moda. Dentre estas, a dieta com restrição de carboidratos vem ganhando projeção de maneira rápida, grande adesão pelas pessoas e polarizando as opiniões de profissionais da saúde. Embora estudos indiquem que dietas muito restritas em carboidratos sejam eficazes na redução do peso corporal, promoção em curto prazo de perfis glicídicos e lipídicos favoráveis, os riscos potenciais para a saúde e a aderência da dieta em longo prazo são questionáveis. Nesse cenário, o presente trabalho tem como objetivo avaliar o efeito de uma dieta low carb sobre a ingestão, peso, composição corporal e parâmetros bioquímicos em ratos Wistar. Serão utilizados 24 ratos albinos Wistar adultos, saudáveis, provenientes do Centro de Experimentação em Modelos Animais (CEMA) da Universidade de Marília. Os animais serão tratados de acordo com o “*Guide to the care and use of experimental animals*”. Previamente à experimentação, todos os animais serão aclimatados por um período de três dias às condições do laboratório, sendo estes acondicionados em caixas plásticas com lotação de 04 animais cada e com oferta de água e ração comercial *CRI Nuvilab*[®]. A ração oferecida ao grupo experimental será do tipo low carb (nível moderado), a qual foi elaborada usando como base a ração comercial *CRI Nuvilab*[®] acrescida de 340 g de albumina e 210 g de óleo de coco extra virgem para cada quilo de ração. A composição centesimal estimada dessa ração é 34% de carboidrato, 32% de proteína e 34% de gordura, que será confirmada por meio de análise físico química. Os animais serão divididos aleatoriamente em dois grupos de oito e denominados de acordo com o tratamento recebido, sendo G1 – Grupo controle, em que os animais receberão água e ração comercial *CRI Nuvilab*[®]; G2 - Grupo experimental, no qual os animais receberão água, ração do tipo low carb (nível moderado). Completado os 40 dias do período experimental, os animais sofrerão processo de eutanásia com sobredose do anestésico tiopental. Em seguidas amostras de sangue serão coletadas para dosagem de colesterol total, HDL-C, triglicérides, glicemia, ureia, creatinina e PCR (proteína C reativa) ultrasensível. Os animais não serão submetidos a jejum para essa coleta de sangue. A partir do exame de lipídeos sanguíneos serão calculados os índices aterogênico e de proteção. Adicionalmente, será realizada a lipectomia para a retirada do máximo possível de gordura visceral, a qual será pesada em balança analítica. Com base no peso corporal do último dia do experimento e na medida do comprimento nasoanal, será calculado o índice de Lee para mensuração da obesidade. O presente estudo terá início somente após a apreciação e aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Marília.

Palavras-chave: Composição Corporal. Carboidrato. Dieta. Ratos. Restrição.

^{*} Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

^{**} Docente da Universidade de Marília

ANÁLISE SENSORIAL DE PÃO DE QUEIJO ENRIQUECIDO COM ORA-PRO-NÓBIS (*Pereskia aculeata* Mill.)

XAVIER, Amanda da Silva*; SOARES, Ana Julia Duarte*; REZENDE, Carolina Augusto*; PELEGRINI, Mariana Cardozo de Souza*; CAYRES, Silvia Helena de Oliveira Silva*; MARCONATO, Mara da Silva Foratto**.

As PANCs (plantas alimentícias não-convencionais) exercem influência na alimentação tradicional de certa população. É frequentemente ligada a produção familiar e está presente na culinária em alguns locais de Minas Gerais, representando importância na expressão cultural desses locais. *Pereskia aculeata* Mill., nome científico da ora-pro-nóbis (OPN), tem sua origem e diversidade na América Tropical, abrangendo grande parte do território brasileiro. Pertencendo à família Cactaceae, é uma espécie perene que pode chegar a 4 m de altura ou mais. Rica em nutrientes e de paladar único, é muito valorizada na culinária desde a comida regional até a mais alta gastronomia. Porém, ainda pouco utilizada, provavelmente pelo delicado manuseio e presença de acúleos e espinhos. Pode ser consumida crua ou cozida em sopas, carnes, refogadas e ainda em tortas, pães e bolinhos. Pouco conhecida, a OPN tem adquirido espaço devido a descoberta de nutrientes importantes em sua composição, como proteínas, fibras e minerais como cálcio, ferro, magnésio, manganês e zinco. Um experimento com ratos evidenciou ausência de toxicidade da OPN em todos os grupos estudados, sendo a dose máxima de 5000 mg por kg do peso corporal. A OPN representa o potencial das PANCs no consumo e diversificação da agricultura, principalmente a familiar. O objetivo do estudo é desenvolver um produto alimentício com a hortaliça OPN e avaliar a aceitabilidade do mesmo. Para esse fim, será elaborada uma receita de pão de queijo enriquecido com OPN e esta será avaliada sensorialmente por meio de teste de aceitação. Os participantes da análise serão: os alunos regularmente matriculados no 1º ano do curso de Publicidade e Propaganda e no 1º ano do curso de Nutrição da Universidade de Marília – Unimar, que declarem não apresentar nenhuma intolerância ou alergia alimentar aos componentes da fórmula padrão. A análise estatística será realizada por meio do programa BioEstat5.0 e os resultados serão expressos em gráficos.

Palavras-chave: Ora-pro-nóbis. PANCs. Pão de queijo. *Pereskia aculeata* Mill.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

ADIPOSIDADE VISCERAL ESTIMADA E SUA CORRELAÇÃO COM PARÂMETROS ANTROPOMÉTRICOS, BIOQUÍMICOS E RESISTÊNCIA À INSULINA

ANDREASI, Jéssica Cambui*; PERFEITO, Alessandra*; SILVA, Bruno Benedito Ciano*; SANTOS, Clara Tainá Coelho*; CAMARGO, Francine Cruz*; APOLINÁRIO, Gleice Assis*; VICENTIN, Isabela do Nascimento*; DETREGIACHI, Cláudia Rucco Penteadó**;
QUESADA, Karina Rodrigues**.

A obesidade visceral exerce um papel imprescindível no desenvolvimento de variações metabólicas, nas quais se referem às alterações nas adipocinas, distúrbio no endotélio, resistência à insulina e nas concentrações de lipídios plasmáticos, elevando os riscos cardiometabólicos. Visto que o elevado acúmulo de adiposidade pode acarretar agravos à saúde e levar a distúrbios na homeostase do indivíduo, se faz necessário um prognóstico de relevância ao tratamento de tal comorbidade. Existem alguns parâmetros para avaliar a adiposidade visceral, como a tomografia computadorizada e ressonância magnética, que são considerados padrões ouros, pela sua exatidão nos valores apresentados, no entanto não é tão comum à sua aplicabilidade devido ao alto custo. Entretanto há uma fórmula para calcular o índice de adiposidade visceral (VAI), associada a eventos cardiovasculares por utilizar-se de exames metabólicos e índices antropométricos, sua aplicabilidade diária na prática clínica, a torna viável e de menor custo quando comparada aos outros indicadores de adiposidade visceral. Este estudo teve como objetivo avaliar o índice de adiposidade visceral de adultos atendidos no ambulatório de cardiologia e relacionar com o risco para desenvolvimento de doenças cardiovasculares, a fim de buscar possíveis associações entre as variáveis estudadas. Utilizaremos como base para a pesquisa levantamento de dados em prontuários de pacientes atendidos na Unidade de Cirurgia Cardíaca e Hemodinâmica Ltda. (U.C.C.H) de uma cidade do interior do centro-oeste paulista, serão levantados valores de peso, estatura, circunferências da cintura e do pescoço e calculado o índice de massa corpórea (IMC), de acordo com a fórmula de *Quetelet*, no qual o peso do indivíduo (Kg) é dividido por sua estatura (m) elevada ao quadrado. Para cálculo do VAI será feito a partir da fórmula proposta por Amato et al. (2010). A fórmula é composta por duas medidas antropométricas (IMC em Kg/m² e CC em cm) e dois parâmetros metabólicos (HDL-c e TG em mmol/L). Será obtida autorização do médico responsável pelo respectivo consultório para posterior desenvolvimento do estudo.

Palavras-chave: Obesidade visceral. Tecido adiposidade. Risco Cardiometabólicos.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

DIFERENTES TIPOS DE BIOIMPEDÂNCIA NA AVALIAÇÃO DA COMPOSIÇÃO CORPORAL EM UNIVERSITARIOS

RODRIGUES, Caroline dos Reis*; SILVA, Cristina*; CORACINI, Daniel Meyer*; LEITE, Laura Kianny Barboza*; SILVEIRA, Luiza Moraes*; ARRUDA, Camila Maria de**.

O estado de saúde dos indivíduos não é visto de forma abrangente somente através da massa corporal, sendo necessário avaliar se o estado nutricional está ou não adequado, através de várias maneiras; o que fornecerá muitas variáveis, como porcentagem de gordura corporal, massa magra, massa óssea e água corporal total, dependendo do método utilizado. Uma alternativa atrativa para avaliar a composição corporal é a bioimpedância elétrica, pois é um equipamento fácil de manusear, portátil e não invasivo, sendo viável para estudos nas áreas epidemiológicas e clínicas. Tem como finalidade a determinação detalhada da composição corporal, superando outros métodos de avaliação do estado nutricional. O objetivo desse estudo é realizar a comparação dos dados obtidos através da avaliação da composição corporal, entre diferentes tipos de aparelhos de bioimpedância elétrica. A população de estudo será composta pelos alunos maiores de dezoito anos regularmente matriculados em todos os cursos do período noturno da Universidade de Marília – UNIMAR, estes alunos serão convidados a participar do estudo, que vai avaliar a eficiência dos diferentes tipos de balança de bioimpedância, comparando os dados gerados com o Padrão Ouro, que será a balança *Biodynamics 310-e*. O tratamento estatístico dos dados quantitativos será realizado com apoio dos programas Excel for Windows e BioEstat5.0; para caracterização da população e a apresentação dos dados será utilizada a estatística descritiva com apresentação em tabelas de frequência ou média \pm desvio-padrão, mediana, mínimo e máximo. Para avaliar a significância das análises e associação das variáveis estudadas será utilizada a estatística inferencial com a aplicação de testes apropriados, dependendo da variância dos dados a serem analisados. A probabilidade de significância considerada será 5% ($p \leq 0,05$) para as operações efetuadas.

Palavras-chave: Adultos. Composição Corporal. Impedância Elétrica.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

FIBRA DA CASCA DO COCO VERDE: resíduo em forma de alimento

NEVES, Aline Souza*; LIMA, Angélica Pietra Romano*; ANTONIO, Carina*; FRAZAO, Francielle Fernandes*; SANTINI, Frederico Jangarelli*; TEIXEIRA, Nathália de Andrade*; LEME, Tainá*; SILVA, Bruna Lima da**.

O coco verde é utilizado pelas indústrias, onde em seu processamento, são gerados resíduos constituídos pela fibra da casca do coco, até então não são amplamente reaproveitados para a alimentação. A farinha da fibra do coco verde é uma opção isenta de glúten, rotulada como um alimento funcional por conta de seu alto teor de fibras, triglicérides de cadeia média (TCM), proteínas e carboidratos, que estão correlacionados com o aumento do funcionamento do intestino, atenuação do colesterol e manejo do diabetes. Diante disso, o objetivo desse trabalho foi desenvolver um produto alimentício, um brownie, utilizando a farinha da fibra da casca do coco verde como base, e avaliar sua aceitabilidade pelos julgadores. Na preparação serão utilizados além da farinha da fibra da casca do coco verde, o açúcar refinado, o cacau em pó 100%, a uva passa, a margarina sem sal, os ovos e o fermento em pó. Uma segunda receita de brownie será desenvolvida com a substituição de parte da farinha da fibra da casca do coco verde pela farinha de arroz, para que os julgadores possam fazer comparação entre as preparações indicando sua preferência. Para o teste afetivo de aceitação, serão recrutados 100 julgadores não treinados. O recrutamento ocorrerá por meio de convite aos alunos devidamente matriculados nos cursos de Nutrição e Educação Física da Universidade de Marília – Unimar, os interessados assinarão um termo de consentimento livre e esclarecido, após receberem informações detalhadas sobre a natureza da investigação. Amostras de 30 gramas de brownie serão apresentadas aos julgadores à temperatura ambiente, em guardanapos de papel, acompanhado de 50 ml de água para ser deglutida entre a degustação das receitas dos brownies. A avaliação será realizada durante quatro dias consecutivos, utilizando a produção feita no dia. Serão realizadas avaliações de aceitação sensorial, utilizando-se uma escala hedônica de nove pontos, para avaliar os atributos cor, sabor, aroma e impressão global; teste pareado de preferência e intenção de compra. O tratamento estatístico dos dados quantitativos será realizado com apoio dos programas Excel for Windows e BioEstat5.0. A probabilidade de significância considerada será 5% ($p \leq 0,05$) para as operações efetuadas.

Palavras-chave: Fibras. Coco verde. Farinha. Sustentabilidade.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

COMPARAÇÃO ENTRE OS MÉTODOS DE ADIOMETRIA E BIOIMPEDÂNCIA ELÉTRICA PARA AVALIAR A COMPOSIÇÃO CORPORAL DE UNIVERSITÁRIOS

SANTOS, Amanda da Costa*, CURIEL, Aurélia Aparecida Silva*, SILVA, Maria Caroline dos Santos*, OLIVEIRA, Maria Fernanda Andrino de*, FORTES, Mariana da Silva*, ALMEIDA, Zaine Braga de*, ARRUDA, Camila Maria de**.

A composição corpórea é a medida dos importantes elementos estruturais do corpo humano, conseguindo ser demarcado por várias técnicas como: bioimpedância elétrica e dobras cutâneas. O estilo de vida de universitários pode contribuir para o aparecimento de doenças crônicas não transmissíveis. Hábitos alimentares não saudáveis e reduzida prática de atividade física durante o período da graduação frequentemente se mantêm após a formação universitária. No que se refere às técnicas utilizadas nos procedimentos clínicos, a bioimpedância elétrica e a antropometria têm sido as mais comumente empregadas. A análise da composição corporal possibilita a estratificação do risco fisiopatológico associado à adiposidade corporal. A finalidade desta pesquisa será executar um estudo comparativo do percentual de gordura e massa magra empregando a bioimpedância elétrica e dobras cutâneas em adultos. O objetivo desse estudo é avaliar a composição corporal de universitários da Universidade de Marília - UNIMAR, realizando a comparação entre diferentes métodos: adipometria e bioimpedância elétrica. A população de estudo será composta pelos universitários de todos os cursos regularmente matriculados na Universidade de Marília - UNIMAR. Serão coletadas para avaliação do estado nutricional as medidas antropométricas peso, estatura, dobra cutânea tricipital (DCT), dobra cutânea bicipital (DCB), dobra cutânea subescapular (DCSE), dobra cutânea supra ilíaca (DCSI) e circunferência braquial (CB). O peso corporal será aferido através de balança digital tipo plataforma Joycare, com capacidade máxima de 180Kg. As dobras serão aferidas com o Adipômetro Científico Lange. Já a estatura será aferida com a ajuda de um estadiômetro compacto SECA modelo 206 fixo na parede sem rodapé. O presente estudo terá início somente após a apreciação e aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Marília – Unimar. A participação do indivíduo na pesquisa estará vinculado à assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). A pesquisa será desenvolvida após a autorização do Pró-reitor Acadêmico Prof. José Roberto Marques de Castro, responsável pela Universidade de Marília – Unimar, onde a pesquisa será realizada.

Palavras-chave: Adultos. Antropometria. Composição corporal. Dobras Cutâneas. Impedância elétrica.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

UTILIZAÇÃO DE FARINHA DE ORA-PRO-NOBIS (*PERESKIA ACULETA* MILL) PARA ELABORAÇÃO DE MINI PÃO DE MEL SEM GLÚTEN

GOES, Simone Maria* ; NEPOMUCENO, Jaqueline Moreno Venancio*; VIEIRA, Gabriela da Silva*; SILVA, Bruna Lima** ; MARCONATO, Mara Silvia Foratto** ; MILLER, Tania Corrêa**.

A *Pereskia aculeata* é uma planta nativa da família cactaceae, fazendo parte das PANC'S, conhecida popularmente como ora-pro-nobis, tendo outros nomes como carne de pobre, trepadeira-limão, rogai por nós, entre outros. Apresenta folhas largas, caules longos e espinhos numerosos, é muito utilizada como cerca viva, podendo chegar até 10 metros de altura. Estudos mostram que a planta possui alto teor nutricional, sendo seu maior percentual em proteína comparado a outros vegetais, contendo elevados teores de aminoácidos essenciais, sendo eles lisina, leucina e valina, sua composição também apresenta fibras, cálcio, ferro, fósforo, magnésio e zinco. O glúten é uma substância que gera elasticidade, insolúvel a água e é composto por frações proteicas chamadas gliadina e glutenina. O trigo é o único cereal que apresenta na sua composição quantidades, adequada de gliadina e glutenina, que é capaz para formar o glúten, porém essas proteínas podem estar presentes em outros cereais como aveia, centeio e cevada, mas na forma de hordeína, secalina e avenina. A doença celíaca manifesta quando a gliadina entra em contato com as células do intestino delgado, provocando uma reação imune, o que acaba prejudicando a absorção de nutrientes. No Brasil, existe em torno de 300 mil pessoas que apresentam a doença celíaca, uma enfermidade auto-imune que é caracterizada pela intolerância ao glúten, que gera um processo inflamatório na mucosa do intestino delgado. O objetivo do trabalho é elaborar mini pão de mel sem glúten, utilizando farinha de ora-pro-nobis e avaliar se esse produto possui aceitação por meio de testes sensoriais afetivos. Este projeto trata-se de uma pesquisa experimental, com desenho primário, analítico, de inferência intervencional e período transversal. Os mini pães de mel serão avaliados, por julgadores não treinados do curso de Nutrição da Universidade de Marília – Unimar. Estes alunos serão convidados a participar do estudo e os interessados assinarão um termo de consentimento livre e esclarecido, onde declara não possuir qualquer alergia alimentar, após receberem informações detalhadas sobre a análise sensorial a ser realizada. Para a análise sensorial será aplicado o teste afetivo de aceitação utilizando a escala hedônica de 9 pontos e escala de intenção de compra com suas respectivas fichas avaliativas. Com os resultados coletados serão construídos histogramas de porcentagem de resposta em função dos valores das notas atribuídas pelos julgadores para os atributos de aparência, textura, aroma, sabor e avaliação global, bem como a intenção de compra das amostras e uma tabela com os resultados totais de respostas do teste.

Palavras-chave: Glúten. Doença Celíaca. Ora-pro-nobis.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

EFEITO DA FOLHA DE ORA-PRO-NÓBIS SOBRE A INGESTÃO E PARÂMETROS BIOQUÍMICOS EM RATOS WISTAR

Ferreira, Fernando César da Silva*; Zanoló, Vinicius Seixas*; Souza, Otavio Henrique Moreira Aronne de*; Seraphin, Mayara Perroni*; Martins, Tamiris Pitana*; Nagao, Karen Kakuda*; BUENO, Patrícia Cincotto dos Santos**; DETREGIACHI, Cláudia Rucco Penteadó**.

Pereskia aculeata, ou Ora-Pro-Nóbis (OPN) é pertencente ao grupo das PANCs (Plantas Alimentícias Não Convencionais). Em geral, as PANCs são reconhecidas por terem um ótimo valor nutricional, não sendo diferente com a OPN considerada fonte de proteína, fibras, ferro, cálcio, manganês, magnésio e vitaminas A, C e folato. Dentre os aminoácidos encontrados estão leucina, lisina, valina e o triptofano. Frente a essas informações o objetivo dessa pesquisa é avaliar a ingestão e o perfil bioquímico de ratos Wistar submetidos a alimentação incorporada com folha de ora-pro-nóbis. Parta tal, serão utilizados 24 ratos albinos Wistar adultos, saudáveis, provenientes do Centro de Experimentação em Modelos Animais (CEMA) da Universidade de Marília. Os animais serão tratados de acordo com o “*Guide to the care and use of experimental animals*”. Previamente à experimentação, todos os animais serão aclimatados por um período de três dias às condições do laboratório, sendo estes acondicionados em caixas plásticas com lotação de 04 animais cada e com oferta de água e ração comercial *CRI Nuvilab*[®]. A ração oferecida aos grupos experimentais terá diferentes concentrações de OPN, sendo preparada por meio da incorporação de folhas da planta *in natura* à ração nas proporções de 20 % e 30%. Essa ração será submetida à análise de compostos fenólicos totais, flavonoides, carotenoides, antocianinas, pigmentos clorofila e atividade antioxidante total. Os animais serão divididos aleatoriamente em três grupos de oito e denominados de acordo com o tratamento recebido, sendo: G1 – Grupo controle, em que os animais receberão água e ração comercial *CRI Nuvilab*[®]; G2 - Grupo tratado na concentração de 20%, no qual os animais receberão água, ração comercial *CRI Nuvilab*[®] incorporada com folhas de OPN na proporção de 20%; e G3 – Grupo tratado na concentração de 30%, em que os animais receberão água, ração comercial *CRI Nuvilab*[®] incorporada com folhas de OPN na proporção de 30%. Ao longo do período experimental, o qual terá duração de 40 dias, será acompanhado o consumo de ração e água três vezes por semana e o ganho de peso uma vez na semana, dos três grupos. Completado o período experimental, os animais serão submetidos a processo de eutanásia através de administração intraperitoneal de sobredose do anestésico tiopental. Em seguida amostras de sangue serão coletadas para dosagem de glicemia, colesterol total, LDL-c, HDL-c, triglicerídeos, transaminases aspartato aminotransferase (AST) e alanina aminotransferase (ALT), ureia, creatinina e ferro. A partir do exame de lipídeos sanguíneos serão calculados os índices aterogênico e de proteção. Adicionalmente, será realizada a lipectomia para a retirada do máximo possível de gordura visceral, a qual será pesada em balança analítica. Com base no peso corporal do último dia do experimento e na medida do comprimento nasoanal, será calculado o índice de Lee para mensuração da obesidade. O presente estudo terá início somente após a apreciação e aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Marília - Unimar.

Palavras-chave: *Pereskia Aculeata* Miller. Ora-Pro-Nóbis. PANCs. Ratos Wistar. Proteína.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

CONHECIMENTO NUTRICIONAL ESPORTIVO E PERCEPÇÃO DO ESFORÇO DE ATLETAS UNIVERSITARIOS PRATICANTES DE ATLETISMO ANTES E APÓS EDUCAÇÃO NUTRICIONAL

BARBOSA, Josué de Souza*; CARVALHO, Evandro dos Santos*; DUARTE, Marcus Vinicius Batista*; OLIVEIRA, Aline Fernanda de Souza*; MILLER, Tânia Correia**.

No atletismo a demanda energética do atleta é elevada, portanto, a escolha alimentar é de extrema importância para que as necessidades calóricas sejam alcançadas. O planejamento alimentar adequado é necessário para que a demanda energética exigida pelo treinamento físico seja suprida e também para fornecer nutrientes importantes para adaptação físico. Por tanto, esse projeto tem como objetivo desenvolver e executar um programa de educação alimentar e nutricional para atletas universitários e avaliar se foi efetivo para a melhora de conhecimento nutricional dos atletas e desempenho esportivo. Será elaborado um plano de educação alimentar para os atletas composto por 8 encontros, onde serão abordados diferentes temas relacionados com a nutrição e o desempenho esportivo. Cada encontro será abordado um tema, tais como: Alimentação para o atletismo, Suplementação para o atletismo, Estratégias de hidratação (antes, durante e depois do exercício), Termogênicos, hipertrofia muscular, Gastronomia fitness, Alimentos funcionais e Sustentabilidade. Os encontros terão duração de 20 min, serão realizados no Campus da Universidade de Marília. Será utilizado projetor de mídia nos encontros para abordar os temas de cada encontro e com metodologia ativa. Para acompanhamento da evolução do estado nutricional e rendimento dos mesmos, serão coletados os dados de peso, estatura, e a partir desses dados, será calculado o índice de massa corporal (IMC). Também será utilizado como avaliação a Bioimpedância elétrica para obtermos a composição corporal dos alunos e comparar ao longo do estudo. Será aplicado um questionário Escala de Borg para avaliar o esforço percebido individualmente. O presente estudo se fundamenta nos princípios de pesquisas que envolvem seres humanos, segundo a Resolução Nº196/96, portando os estudantes concordaram e assinaram um termo de consentimento livre e esclarecido, tendo conhecimento dos devidos fins do estudo. Para avaliar a significância das análises e associação das variáveis estudadas, será utilizado a estatística inferencial com a aplicação de testes apropriados, dependendo da variância dos dados a serem analisados. Com o conhecimento favoráveis de nutrição esportiva terá influência positiva sobre o desempenho dos atletas, a alimentação saudável e adequada como sendo o ponto de partida para obter recuperação muscular e adaptação do musculo esquelético dos atletas submetidos em estresse dos treinos. A realização dessa pesquisa concluirá que um conhecimento em estratégias dietéticas, reposição hídrica, suplementação em conjunto com treinamentos adequados, terá a melhor resultado ergogênico e menor percepção do esforço, do que atletas sem conhecimento em nutrição esportiva.

Palavras-chave: Antropometria. Atletismo. Educação nutricional Nutrição esportiva. Percepção do esforço.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

Sessão de Comunicações

Painéis

GRAU DE SATISFAÇÃO DE PACIENTES DE UMA CLÍNICA ESCOLA

SILVA, Adriele Simi da*; CURIEL, Aurélia Aparecida Silva*; SILVA, Maria Caroline dos Santos*; MARCONATO, Mara Silvia Foratto **; DETREGIACHI, Cláudia Rucco Penteadó **.

A busca por tratamento nutricional tem aumentado de forma significativa, devido AO aparecimento de doenças crônicas decorrente de maus hábitos alimentares e estilo de vida inadequado. Juntamente a esses problemas vem a compreensão de que a aderência a uma dieta saudável e adequada simboliza o controle da doença existente bem como prevenção de outras. É de suma importância a educação e orientação nutricional com o propósito de encorajar e incentivar a adoção de comportamentos necessários para modificação do estilo de vida, optando pela forma mais saudável para se viver. O efeito do tratamento nutricional do paciente é avaliado por medidas clínicas. Contudo, a satisfação do paciente é um dos parâmetros envolvidas no cuidado de pessoas, embora seja pouco avaliada. Na contramão dessa constatação, esse estudo visou analisar o grau de satisfação dos pacientes atendidos na Clínica de Nutrição da Universidade de Marília – UNIMAR. Trata-se de uma clínica escola, onde o atendimento é realizado por estudantes dos últimos anos do curso de Nutrição. Este propósito análise permite apurar falhas a fim de buscar melhorias. Para o alcance do objetivo proposto, após o final da consulta, no momento em que o paciente comparecia à recepção para o agendamento do retorno, este recebia um questionário e o convite a responde-lo por livre e espontânea vontade. Este instrumento o questionava em relação ao atendimento do aluno e da recepção, também quanto a tempo de espera e ao ambiente do local. Os dados coletados foram tabulados no programa Excel® para posterior elaboração de gráficos e melhor exposição. O público alvo foi composto por 50 pacientes, com média de idade entre $52,6 \pm 14,9$ anos, sendo 88% do sexo feminino. Quanto ao tempo de espera para o atendimento, 96% dos respondentes apontaram que este esteve dentro do esperado. Todos (100%) indicaram estarem satisfeitos com o atendimento da secretaria e com o ambiente da clínica. Quanto ao atendimento da aluno estagiário, sob o aspecto postura, atenção e clareza na orientação, 100% dos pacientes se sentiram satisfeitos. A classificação do atendimento, de forma geral, foi 98% como muito bom e 2% como bom. Quanto à confiança no atendimento, 98% disseram estar confiantes e 2% pouco confiantes. Dos respondentes, 100% indicariam o atendimento nessa clínica escola. O resultado aponta para um bom índice de satisfação dos pacientes, ficando assim o compromisso de manutenção desse nível e melhorias nos pontos nefrálgicos. Palavras-chave: Clínica. Nutrição. Satisfação.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

OBESIDADE ABDOMINAL E RISCO CARDIOVASCULAR: circunferência abdominal aumentada em mulheres

ANTONIO, Natalia Mayara^{*}; CARVALHO, Vanessa Aparecida Michelam de Carvalho^{*}; ARRUDA, Camila Maria^{**}; PIRES, Maria Julia Brito^{***}.

Pesquisas recentes têm destacado o aumento da obesidade abdominal (OABD) na população feminina brasileira. A concentração excessiva de gordura na região abdominal relaciona-se com diversas disfunções metabólicas e está associado o maior risco de morbidade e mortalidade decorrentes da doença aterosclerótica e de suas consequências, como a doença arterial coronariana. Dessa forma, é fundamental conhecer a magnitude dos fatores de risco cardiovascular com a finalidade de efetuar um planejamento de saúde capaz de intervir de forma eficaz nessa realidade. A taxa metabólica basal e a redução natural do nível de atividade física, a piora dos hábitos saudáveis na alimentação, também causam redistribuição progressiva da gordura; assim, as mulheres passam a acumular mais gordura abdominal. Por muito tempo estes fatores de risco cardiovascular foram considerados importantes apenas em populações com idade avançada. Entretanto, ultimamente, os estudos têm demonstrado que já são uma realidade entre adultos jovens e até mesmo entre crianças e adolescentes. Planejamento de saúde capaz de intervir de forma eficaz nessa realidade de pacientes com Circunferência Abdominal aumentada do sexo feminino. Trata-se de estudo de corte transversal, realizado em Marília, São Paulo. Foram utilizados dados de pacientes do Ambulatório de Especialidades (AME) da Universidade de Marília – Unimar. Fizeram parte deste estudo 50 pacientes do sexo feminino, com idade entre 19 e 83 anos. Foram coletadas informações dos prontuários dos mesmos. A avaliação antropométrica foi realizada pelos alunos de nutrição, aferindo a circunferência abdominal com uma fita métrica, na altura do umbigo, alinhada horizontalmente, depois da expiração do ar. A medida da circunferência abdominal deve ser tomada em centímetros. A fim de verificar valores da circunferência abdominal ≥ 80 cm. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS) 2005. Foram estudados 50 (cinquenta) pacientes do sexo feminino, onde 90% (noventa por cento) das pacientes encontram-se com valores de Circunferência Abdominal acima do valor recomendado (> 80 cm), e 10% (dez por cento) das pacientes com valores ≤ 80 cm. **Conclusão:** Notou-se que o acúmulo de gordura na região do abdome (padrão andróide) em mulheres tem aumentado cada vez mais por causa das mudanças ocorridas nas últimas décadas relacionadas aos hábitos alimentares e de vida, indicando uma exposição cada vez mais intensa a riscos cardiovasculares.

Palavras-chave: Doença Cardiovascular. Obesidade Abdominal. Circunferência Abdominal.

^{*} Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

^{**} Docente da Universidade de Marília

^{***} Supervisora de Campo.

PROBIÓTICOS NA TERAPIA NUTRICIONAL DA NEOPLASIA INTESTINAL

FERREIRA, Fernando César da Silva*; FERNANDES, Bruna Moreira*; PERFEITO, Alessandra*; QUESADA, Karina**.

Nos estados da Região Centro – Oeste o que aparece em terceiro lugar no ranking de câncer são os intestinais, sendo ele no cólon e reto. O tratamento do câncer pode variar de acordo com o tipo, podendo ser uma quimioterapia, radioterapia e ou cirurgia. Associado a essas circunstâncias de tratamento estão a ingestão de probióticos, prebióticos ou simbióticos refletindo uma nova oportunidade terapêutica no quesito de nutrição. O uso dos probióticos pode acontecer tanto na prevenção de tumores e na regularização da flora intestinal, como também podem atuar auxiliando nos tratamentos oncológicos colorretal. Sendo assim, o presente trabalho consiste fazer uma análise de literatura sobre os efeitos dos probióticos, prebióticos e simbióticos na neoplasia intestinal. Foi realizada uma pesquisa bibliográfica de artigos científicos, publicados em revistas científicas nas quais abordaram o uso de probióticos, prebióticos e simbióticos e seus benefícios no tratamento de câncer intestinal. Foram consultados os bancos de dados do *Scielo* e *PubMed*, onde foram considerados artigos em inglês e em português. A pesquisa foi realizada no mês de abril de 2018. É uma pesquisa secundária, transversal e bibliográfica. Existem vários dados de estudos que afirmam os benefícios do uso de probióticos em pacientes oncológicos. Em 2010, foi demonstrado que a utilização de lactobacilos foi capaz de promover uma alteração na microflora intestinal aumentando a contagem de bactérias benéficas, melhorando assim a função da barreira intestinal após a cirurgia colorretal. Essas evidências apontam para uma diminuição da translocação bacteriana e melhorias com relação à permeabilidade intestinal nos pacientes que fizeram uso de probióticos. Ainda também pacientes fazendo uso de probióticos foi capaz de substituir a limpeza colônica pré cirúrgica, auxiliando no aumento de fibrinogênio, elevando a interleucina associada a resposta inflamatória. Em resumo, os prebióticos e probióticos são eficientes coadjuvantes no tratamento do câncer de colorretal. A suplementação de prebióticos e simbióticos como coadjuvantes do tratamento de câncer intestinal mostrou-se benéfica, diminuindo a severidade e incidência de complicações durante e após o tratamento, tanto cirúrgico como radio ou quimioterápico, além de proporcionar melhora na imunidade e redução do desconforto do paciente. Porém, observou-se que é importante manter a medicação pré-cirúrgica padrão. Finalmente, deve-se destacar que, embora resultados positivos obtidos em trabalhos com uso de probióticos e prebióticos tenham sido verificados, o número limitado de artigos dificulta a generalização dos achados.

Palavras-chave: Câncer. Cólon. Prebióticos. Probióticos. Simbióticos.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

CONSUMO DE ÓLEO EM PACIENTES ADULTOS ATENDIDOS NA CLÍNICA DE NUTRIÇÃO DA UNIMAR

MACHADO, Luana de Souza^{*}; CARVALHO, Evandro dos Santos^{*}; NAGAO, Karen^{*}; ARRUDA, Camila Maria^{**}; OLIVEIRA, Daniela de^{***}.

Nas últimas décadas, observou-se que a redução dos níveis plasmáticos de LDL-C, diminui o risco de doenças cardiovasculares. Mesmo sem evidências concretas, a redução dos níveis de triglicérides e o aumento do HDL-C plasmático são considerados benéficos para inibição do processo aterosclerótico. Com o consumo de gordura trans, há um aumento do LDL-C plasmático, aumentando o risco de doenças cardiovasculares. Porém, a qualidade da gordura deve ser vista primeiramente, ao invés da quantidade desta. Foi analisado o consumo de óleo mensal de pacientes adultos, de uma clínica. Foi analisado o prontuário de 55 pacientes da Clínica de Nutrição da Unimar, sendo, 28 do sexo feminino e 27 do sexo masculino, com idades entre 18 a 82 anos, sendo a média de $44,3 \pm 17,2$ anos. A idade analisada variou a idade de 18 até 82 anos com média $44,3 \pm 17,2$ entre mulheres e homens. Nas mulheres a idade variou de 18 até 82 anos com média $44,3 \pm 17,2$, enquanto que, nos homens a idade variou de 18 até 75 anos com média com média $50,4 \pm 17,5$ (dados não apresentados). Também observou a variância do consumo de óleo mensal dos mesmos de até 300 mL a um consumo maior de 700 mL. Houve um consumo de óleo de 500 mL em relação ao sexo feminino, e entre os homens houve um consumo equiparado de 500 mL e 700 mL para mais. Houve um predomínio (35,7%) consumo de 500 mL relação às mulheres, (28,5%) consumo de 500 mL e (28,5%) consumo maior de 700 mL em relação aos homens. O excesso de consumo de óleo se torna um problema frequente. Diante dos resultados obtidos pode-se observar que os pacientes analisados têm uma prevalência de um consumo acima do recomendado, tendo um consumo acima de 476 mL por mês.

Palavra-chave: Consumo. Óleo. LDL-C.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

*** Nutricionista do Núcleo Apoio Saúde da Família – NASF

ABSENTEÍSMO EM CONSULTAS NO AMBULATÓRIO DE NUTRIÇÃO

APOLINÁRIO, Gleice de Assis*; MENEGHON, Rafaela Moreira*; MARCONATO, Mara Silvia Foratto**; DETREGIACHI, Cláudia Rucco Penteado**.

No atendimento nutricional deve haver condições adequadas de modo que este tenha um perfil diferenciado e que atenda os padrões de exigência da sociedade atual. A boa organização é imprescindível para garantir que todos os usuários tenham acesso ao sistema. Nesse sentido, o controle de frequência às consultas agendadas deve receber atenção importante das equipes de saúde. O paciente que falta a uma consulta por muitas vezes não tem a noção do quanto essa decisão afeta não só todo o planejamento da equipe, mas também influencia no seu tratamento, além de excluir outros pacientes que poderiam beneficiar-se com a antecipação do atendimento. Nesse aspecto, o presente estudo se propôs avaliar a taxa de absenteísmo dos pacientes agendados para atendimento na Clínica de Nutrição da Universidade de Marília – UNIMAR. Foram consideradas nesse levantamento as consultas agendadas entre os meses de agosto de 2017 a fevereiro de 2018, incluindo primeira consulta e retorno. Para tal, foi solicitado o controle de comparecimento que a secretaria da referida Clínica possui e a partir desses dados obtivemos um total de 917 paciente agendados, dentre esses 79% eram pacientes do sexo feminino e 21% masculino. A taxa de absenteísmo nas primeiras consultas foi em média de 25% e nas consultas de retorno de 23,5%, tendo sido superior entre os homens. Frente a esses dados, observa-se a prevalência de pacientes do sexo feminino, o qual também apresenta menor índice de ausência às consultas marcadas. Ademais, vê-se maior taxa de absenteísmo nos agendamentos de primeira consulta. Esse cenário aponta para a necessidade investimentos em busca do maior envolvimento e compromisso do paciente com a consulta, em especial entre os homens, assim como necessidade de realização de estudo adicional que aponte a causa deste absenteísmo, e com isso, definir uma estratégia de intervenção para este problema.

Palavras-chave: Absenteísmo; Ambulatório; Consulta.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

ANÁLISE DO RESTO-INGESTÃO DE UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR COM BASE EM PRÁTICAS DE GESTÃO AMBIENTAL

APOLINÁRIO, Gleice de Assis* ; MILLER, Tânia Corrêa** .

A sustentabilidade surge como um assunto atual nas Unidades de Alimentação e Nutrição, uma vez que o cenário mundial de saúde e a convivência social caracterizam-se pela necessidade constante de consciência dos profissionais do ramo sobre seus deveres e capacidade de contribuição à sociedade e ao meio ambiente. Na área de alimentação, o desperdício pode ser percebido dentro dos cestos de lixo e no retorno das bandejas de refeição. Neste caso, percebe-se que os alimentos são jogados no lixo, além do desperdício estar incorporado à nossa cultura. O presente estudo tem como objetivo avaliar o desperdício de alimentos de uma Unidade de Alimentação Escolar de uma escola privada por meio do percentual de resto-ingestão. A coleta de dados foi realizada no mês Março de 2018, de segunda a sexta-feira, durante o almoço, onde foram fornecidas 360 refeições diárias. Utilizou-se uma balança com capacidade de 300 quilos para quantificar o total de alimentos produzidos para a distribuição nos balcões térmicos, assim como as sobras de alimentos e resto-ingestão. Observou-se percentual médio de resto ingestão de 7,91%. A partir disso, pode-se estimar que durante um mês a UAN apresentou um desperdício equivalente a 136,9 kg. Atualmente, para ser sustentável os valores de referência para resto-ingestão aceitáveis de acordo com práticas de gestão ambiental são no máximo 3% ou de 7 a 25g por pessoa. Podemos constatar que o percentual de resto-ingestão nessa Unidade de Alimentação Escolar ultrapassou os valores preconizados para gerenciamento ambiental. É necessária a realização de ações de educação nutricional e ambiental com os escolares para que eles tenham conhecimentos sobre o impacto do desperdício na saúde e no meio ambiente.

Palavras-chave: Alimentação Escolar. Gerenciamento Ambiental. Resto-Ingestão.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

PREVALÊNCIA DA COMPULSÃO ALIMENTAR PERIÓDICA EM UM GRUPO DE AUTOAJUDA CONTRA OBESIDADE

VICENTIN, Isabela do Nascimento^{*}; ALMEIDA, Zaine Braga^{*}; MARTINS, Daiane Rodrigues^{**}; ARRUDA, Camila Maria^{***}.

Os transtornos alimentares são síndromes comportamentais cujos critérios diagnósticos têm sido amplamente estudados nos últimos 30 anos. São descritos como transtornos e não como doenças por ainda não se conhecer bem sua etiopatogenia. O comportamento alimentar caracterizado pela ingestão de grande quantidade de comida em um período de tempo delimitado (até duas horas), acompanhado da sensação de perda de controle sobre o que ou o quanto se come, é conhecido em inglês como *binge eating* em português, compulsão alimentar periódica (CAP). Quando esses episódios ocorrem, pelo menos dois dias por semana nos últimos seis meses, associados a algumas características de perda de controle e não são acompanhados de comportamentos compensatórios dirigidos para a perda de peso, compõem uma síndrome denominada atualmente de transtorno da compulsão alimentar periódica (TCAP) *binge eating disorder* (DSM-IV). O presente estudo tem como finalidade avaliar a prevalência da compulsão alimentar periódica em pessoas que participam de um grupo de autoajuda contra a obesidade. Para a avaliação da compulsão alimentar, foram coletados alguns dados através da Escala de Compulsão Alimentar Periódica BES (BINGE EATING SCALE)- ADAPTADO. Para a análise do questionário, avaliamos a somatória dos pontos de todas as alternativas, onde os resultados menor ou igual a 17 pontos são considerados normal, entre 17 e 30 pontos é uma variação de inclinação de comer muito e 30 pontos ou mais é considerado Compulsão Alimentar Periódica. Responderam ao questionário 20 pessoas participantes do grupo de autoajuda, entre eles 60% são mulheres e 40% homens. Através deste estudo foi observado que a maioria dos participantes do teste de compulsão alimentar periódica, 60% dos indivíduos são compulsivos, 25% variação de comer muito e 15% normal. Concluímos que a maioria dos indivíduos que possuem o índice de massa corpórea (IMC) acima de 40kg/m², apresentam compulsão alimentar periódica. Palavras-chaves: Compulsão alimentar. Transtorno alimentar. Obesidade.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Supervisor de Campo de estágio UBS – UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE

*** Docente da Universidade de Marília

USO DE APARELHO ELETROPORTÁTEIS EM RELAÇÃO AO ESTADO NUTRICIONAL

FERNANDES, Bruna Moreira*; SERAPHIN, Mayara Perroni*; LUZ, Thiago Fernando*; ARRUDA, Camila Maria**.

A avaliação nutricional é um instrumento diagnóstico, já que mede de diversas maneiras as condições nutricionais do organismo, determinadas pelos processos de ingestão, absorção, utilização e excreção de nutrientes; ou seja, a avaliação nutricional determina o estado nutricional. O estado nutricional de uma população é um excelente indicador de sua qualidade de vida. Os resultados dos estudos epidemiológicos obtidos na última década apontam a obesidade como importante condição que predispõe à maior morbidade e mortalidade. A prevalência da obesidade vem aumentando em praticamente em todos os países desenvolvidos, com raras exceções, bem como nos países em desenvolvimento. O objetivo do presente estudo foi identificar em 80 pacientes através do questionário SISVAN (Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional) o uso de aparelhos eletroportáteis e a sua relação com o estado nutricional de pacientes, sendo eles, adultos, idosos, crianças e gestantes. Os pacientes foram distribuídos em 27 adultos do sexo feminino e 17 do sexo masculino, 14 idosos do sexo feminino e 4 do sexo masculino, 6 crianças do sexo feminino e 7 do sexo masculino e 5 gestantes. Segundo o Índice de Massa Corporal (IMC), as mulheres foram classificadas com eutrofia, obesidade, sobrepeso e magreza, representando 42,30%, 17,30%, 38,46% e 1,95% respectivamente; os homens foram classificados com eutrofia, obesidade, sobrepeso e magreza, sendo 39,28%, 28,57%, 17,85% e 14,28% respectivamente. Os adultos que apresentavam risco para desenvolverem Doenças Cardiovasculares eram classificados com sobrepeso ou obesidade e realizavam as refeições em frente aos aparelhos eletroportáteis, sendo masculino e feminino 37,03% e 62,96%, respectivamente. Os gráficos mostraram que há uma prevalência de sobrepeso, doenças cardiovasculares e magreza em alguns casos de criança em relação ao uso de TV e o uso de celular durante as refeições, e em relação a eutrofia observa-se uma prevalência maior do sexo masculino em relação ao sexo feminino, já em relação ao risco de sobrepeso a predominância é do sexo masculino. Em relação aos idosos observamos uma prevalência em relação ao excesso de peso, observando também que os que não usam nenhum aparelho a predominância é de eutrofia. Portanto verifica-se que os indivíduos que se alimentam na frente da TV e/ou usam aparelho celular durante as refeições tem uma grande propensão ao sobrepeso, em relação aos que não fazem uso de nenhum aparelho.

Palavras-chave: Aparelhos Eletroportáteis. Avaliação Nutricional. Obesidade. Sobrepeso.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília e Docente no curso de Nutrição Do Centro Universitário de Adamantina – UNIFAI/SP

EFEITOS DA GLUTAMINA EM PACIENTES CRÍTICOS

GARBIM, Daniele Paula*; MACHADO, Luana de Souza*; QUESADA, Karina**.

A glutamina é um aminoácido condicionalmente essencial, pois o corpo tem a capacidade de sintetizá-la a partir de outros aminoácidos, mas quando o paciente se encontra em estado crítico, de elevado metabolismo, sua concentração plasmática diminui e não atende à demanda. Diversos estudos de pacientes catabólicos na UTI demonstram que a produção endógena de glutamina muscular está aumentada, ao mesmo tempo em que os níveis plasmáticos dela se encontram diminuídos, indicando necessidades elevadas e assim a suplementação deste aminoácido seria indicada, no entanto, não há consenso. Sendo assim, o objetivo do estudo foi realizar uma revisão bibliográfica sobre o uso da glutamina em pacientes críticos. Foi realizada uma pesquisa de artigos científicos publicados entre 2013 e 2017, em revistas científicas nacionais e internacionais, nas quais abordaram o assunto. O benefício da glutamina para aumentar o número e funcionalidade de células efetoras da resposta imune, é evidente em alguns estudos, enquanto em outros, essa resposta não foi tão óbvia. Na população de UTI, a suplementação de glutamina (0,40g/kg/dia), por meio de nutrição parenteral, melhorou a função das células imune com redução no surgimento de infecções hospitalares. No entanto, com a inclusão dos estudos recentes, observaram-se ausência de efeitos da suplementação com glutamina na mortalidade e uma ligeira tendência à redução da morbidade infecciosa. Recentemente, vários ensaios controlados randomizados de alta qualidade não demonstraram benefícios por suplementação precoce de aminoácidos e alguns ensaios até encontraram possíveis danos, questionando assim essa recomendação. Um grande e bem conduzido estudo multicêntrico afirma que a administração precoce de glutamina em doses elevadas (muito acima do recomendado), pode ter efeitos adversos. Isso se refletiu no aumento da mortalidade no grupo com suplementação de glutamina em pacientes com falência de múltiplos órgãos, alguns dos quais com níveis séricos basais elevados de glutamina. Outro estudo, proporcionou evidências de que a suplementação por meio da nutrição parenteral com doses baixas de glutamina (0,20g/dia) por curtos períodos, não influenciou na mortalidade e nem na incidência de infecções na população de UTI. Em recente revisão da Cochrane, os autores concluíram com evidência moderada o efeito de suplementação na redução da taxa de infecções, com baixo nível de evidência para a redução da permanência hospitalar. Não encontrando nenhum efeito no risco da mortalidade e duração da permanência na UTI. Atualmente, não há evidências que apoiem a administração de suplementos de aminoácidos individuais durante a doença crítica e a administração de glutamina pode ser prejudicial. O tempo, a dose e a composição ótima da mistura de aminoácidos para pacientes criticamente doentes ainda não estão claros. Alguns estudos concluem que a glutamina aumenta a defesa de antioxidante, protege a mucosa intestinal e diminui o processo inflamatório, mas há outros estudos que demonstram que não há evidências que a glutamina, juntamente com a alimentação enteral precoce, influencie na condição geral do paciente, ou no seu estado nutricional.

Palavra-chave: Glutamina. Paciente crítico. Suplementação.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

AVALIAÇÃO ANTROPOMETRICA DE FUNCIONÁRIOS DE UMA EMPRESA METALÚRGICA

CARVALHO, Evandro dos Santos* ; MILLER, Tânia Corrêa**

Nos dias atuais é muito difícil manter uma alimentação saudável. Os afazeres do dia a dia fazem com que mais da metade da população optem por alimentos industrializados. O estado nutricional da população dos países que estão em desenvolvimento sofreu grandes mudanças nos últimos anos, com o avanço do sobrepeso e da obesidade grau I. No Brasil, a dimensão de adultos com excesso de peso tem crescido de maneira rápida e progressiva. Segundo a Vigitel, a prevalência de excesso de peso em homens e mulheres é de 52,1 e 44,3%, respectivamente. O objetivo desse estudo foi avaliar o estado nutricional dos funcionários usuários do serviço de alimentação de uma empresa metalúrgica. Foi realizado uma avaliação antropométrica com a coleta de dados de peso e estatura para cálculo do IMC. Participaram da pesquisa 116 colaboradores, sendo 93 do sexo masculino e 23 do sexo feminino. Foi observado que 43,9 % dos colaboradores da empresa apresentaram sobrepeso e 16,3% obesidade grau I, tendo um total de 64,6% de funcionários com excesso de peso. E o restante 35,4% foi classificado com eutrofia. Diante dos resultados obtidos pode-se observar que mais da metade dos clientes do serviço de alimentação apresentaram algum excesso de peso. Os resultados deste estudo evidenciaram que a educação alimentar, deve estar como prioridade, pois ações educativas para a promoção da saúde, são essenciais para a mudança do padrão alimentar.

Palavras-chave: Avaliação Antropométrica. Estado nutricional. Alimentação Coletiva

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

ESTRATÉGIA DE QUEBRA DE ROTINA PARA SATISFAÇÃO DE COLABORADORES DE UMA INDÚSTRIA ALIMENTÍCIA

BARBOSA, Josué de Souza* ; LIMA, Angélica Pietra Romano*; VIEIRA, Gabriela da Silva*; MILLER, Tânia Corrêa** .

O grande desafio organizacional é a busca do aperfeiçoamento contínuo, ou seja, rever os conceitos a respeito de qualidade dos produtos e serviços, bem como as estratégias mais adequadas para satisfazer os clientes e o mercado. Muitas das ferramentas de qualidade utilizadas em grandes empresas têm sido hoje também utilizadas pelas empresas fornecedoras de refeições. A busca pela qualificação tem exigido das empresas a adoção de um modelo administrativo com ênfase na qualidade, produtividade e envolvimento dos membros da organização com os objetivos propostos. Dentro de uma Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN) é necessário satisfazer o cliente tanto por aspectos tangíveis (cardápio, apresentação e aspectos físicos) como intangíveis (expectativas, percepções e ambiente) da qualidade. A somatória desses aspectos resulta na qualidade total do atendimento e/ou produto, o qual busca não somente satisfazer o desejo do cliente, mas sim atingir suas expectativas. Os clientes estão acostumados a chegar no restaurante da empresa e se deparar todos os dias com a mesma decoração e a mesma refeição, mudar detalhes pode fazer toda a diferença, fazendo disso uma troca de rotina. Isso ajuda no desenvolvimento e manutenção do cérebro, melhorando a concentração, memória e a capacidade de raciocínio com o aumento da criatividade. O objetivo do trabalho foi mudar a rotina dos clientes de uma UAN. Durante o horário do almoço dos comensais, foi arrumada uma mesa decorada com frutas e foram servidos vários tipos de chás, torradas e frutas. Em outra data próxima a Páscoa, foi servida como sobremesa aos colaboradores um cupcake todo decorado e um dos funcionários da UAN se fantasiou de coelho. A maioria dos colaboradores ficou satisfeita, relatando à gerência da UAN que pequenas mudanças na rotina tornam o ambiente mais alegre e agradável. Conclui-se que o elo dos colaboradores e funcionários da UAN torna-se mais fortes nesses momentos de descontração e a Quebra da rotina pode ser feita com atividade de educação nutricional, como também pode ajudar a diminuir o estresse do dia a dia no trabalho.

Palavras-chave: Estratégia comercial. Mudança de rotina. Alimentação coletiva.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

ANÁLISE DO ESTADO NUTRICIONAL EM PACIENTES COM NEUROPATIA ATENDIDAS NO PROJETO AMOR DE CRIANÇA

OLIVEIRA, Aline Fernanda Souza^{*}; PARRA, Julia da Silva^{*}; RIBEIRO, Michele Silva^{*}; ARRUDA, Camila Maria^{**}; JUNIOR, Francisco de Agostinho^{**}; COLA, Paula Cristina^{**}, BARROZO, Michella Lavagnini^{***}

A paralisia cerebral (PC), também intitulada encefalopatia crônica não-progressiva da infância, é resultado de uma lesão no cérebro em estágio de maturação estrutural e funcional, na fase pré, peri ou pós-natal. Crianças com PC na maior parte dos casos crescem menos, apresentando peso e estatura menores que as consideradas saudáveis da mesma idade. Estudos mostram que os pacientes com paralisia cerebral, estão sendo cada vez mais encaminhados para os ambulatórios de gastropediatria e nutrição, necessitando de diagnósticos e condutas referentes ao seu estado nutricional. Esse crescente aumento da demanda por diagnóstico e condutas referentes ao estado nutricional, se deve ao fato dos portadores de paralisia cerebral, serem pacientes que apresentam risco para comprometimento nutricional. De acordo com relatos encontrados na literatura internacional, é possível identificar alta prevalência de desnutrição, sendo um dos fatores relacionados à desnutrição nesses pacientes, os distúrbios da deglutição, associados ao agravo nutricional. O trabalho teve como objetivo avaliar o estado nutricional de crianças com Neuropatias atendidas no projeto Um Amor de Criança na Universidade de Marília. Foi realizado um estudo transversal incluindo 40 crianças atendidas nos ambulatórios do Projeto Amor de Criança. Os indicadores nutricionais antropométricos estudados foram: peso, altura e índice de massa corporal, que posteriormente foram classificados nas curvas de crescimento da WHO (2006-2007). Foram avaliadas 18 meninas, com idade entre 1 a 11 anos. Em relação a estatura para idade, foi constatado que 22,22% apresentaram baixa estatura para idade, 16,66% muito baixa estatura para idade e 61,11% estatura adequada para idade. Em relação ao IMC para idade, 27,77% apresentaram magreza acentuada, 44,44% eutrofia, 22,22% magreza e 5,55% risco de sobrepeso. Também foram avaliados 22 meninos, com idade entre 6 meses a 12 anos. Em relação a estatura para idade, foi constatado que 22,72% apresentaram baixa estatura para idade, 13,63% muito baixa estatura para idade e 63,63% estatura adequada para idade. Em relação ao IMC para idade 9,09% apresentaram magreza acentuada, 13,63% magreza, 63,63% eutrofia, 4,54% obesidade e 9,09% sobrepeso. No total, foram avaliadas 40 crianças incluindo meninas e meninos, com faixa etária entre 6 meses a 12 anos de idade. Onde em relação a estatura para idade, 22,5% apresentaram baixa estatura para idade, 15% muito baixa estatura para idade e 62,5% estatura adequada. Em relação ao IMC para idade, 55% apresentaram eutrofia, 17,5% magreza acentuada, 17,5% magreza, 5% sobrepeso, 2,5% risco de sobrepeso e 2,5% obesidade. Podemos notar que mais da metade das crianças com Paralisia Cerebral apresentam IMC adequado para a idade e estatura para idade em eutrofia. Porém, ainda tem alta prevalência de desnutrição, onde um número significativo de crianças apresentou estatura para idade abaixo da eutrofia e IMC para a idade em magreza ou magreza acentuada, sendo assim, ainda encontra-se uma alta prevalência de desnutrição em crianças com PC. Mas com o acompanhamento do ambulatório de gastropediatria e nutrição, onde se encontra tratamentos multiprofissionais, as crianças tem um melhor desenvolvimento e melhor qualidade de vida. Palavras-chave: Paralisia cerebral. Projeto amor de criança. Estado nutricional.

^{*} Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

^{**} Docente da Universidade de Marília

^{***} Nutricionista do NASF

ESTADO NUTRICIONAL DE IDOSOS ACAMADOS COM DOENÇAS NEUROLÓGICAS: avaliação na atenção domiciliar da cidade de Paraguaçu Paulista

NEPOMUCENO, Jaqueline Moreno Venâncio*; SILVEIRA, Luiza Moraes*; ARRUDA, Camila Maria de**.

No Brasil a atenção domiciliar vem crescendo conforme o passar dos anos, e a internação domiciliar é uma dessas modalidades de assistência; ela engloba serviços de saúde com suporte terapêutico realizado no domicílio do paciente. Esses serviços de acompanhamento domiciliar possuem como objetivo o cuidado clínico de idosos, doentes crônicos, pacientes em fase terminal, que estão acamados, impossibilitados ou com dificuldades de locomoção em suas residências. A assistência nutricional e clínica fornecida ao paciente em seu domicílio, pode ser definida como terapia nutricional domiciliar (TND); que possui a finalidade de promover recuperação ou manter o nível adequado de saúde, trazendo maior comodidade ao paciente. É importante conhecer o estado nutricional do indivíduo devido as evidências de altos índices de desnutrição, resultando em sérias complicações, podendo gerar a morte do indivíduo. O objetivo desse estudo é avaliar o estado nutricional de pacientes idosos acamados com doenças neurológicas, que foram atendidos na atenção domiciliar da cidade de Paraguaçu Paulista, no ano de 2017, utilizando dados como valores de IMC e circunferência de panturrilha. A população alvo são 19 idosos acamados, que foram avaliados durante visitas domiciliares; seus dados foram coletados (peso, altura, circunferência de panturrilha e as patologias) e após, foram resgatados dos prontuários e lançados em uma planilha no programa Microsoft Excel, para serem compilados e posteriormente analisado o estado nutricional desses pacientes segundo o IMC, avaliar a perda de massa muscular de acordo com circunferência de panturrilha e também verificar as patologias que prevalecem no estado de Magreza. Desse público, 34,29% apresentam Magreza, 17,14% estão Eutróficos e apenas 2,86% estão com Excesso de peso; ao analisar quais as patologias presentes no estado de Magreza, o AVC foi o que apresentou maior índice, 59% dos pacientes sofreram AVC, 33% estão com Alzheimer, e 8% com sequela de Meningite. Já em relação a circunferência de panturrilha, a média de todos os pacientes foi de 26,66 cm, e do total de idosos apenas 2 (10,5%) apresentam adequação de massa muscular, ou seja, a medida está acima de 31 cm, sendo que esses pacientes estão classificados em Eutrofia segundo IMC, o que mostra que a adequação de massa muscular está presente apenas na Eutrofia, já os demais pacientes classificados em Magreza possuem medidas abaixo de 31 cm, indicando redução de massa muscular. Os pacientes idosos acamados apresentam grande índice de Magreza e perda de massa muscular segundo a circunferência de panturrilha, mostrando ser um grande problema presente nesse público.

Palavras-chave: Acamados. Desnutrição. Estado nutricional. Idosos.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília e Centro Universitário de Adamantina UNIFAI

AValiação DO ÍNDICE ATEROgÊNICO EM PACIENTES ATENDIDOS NA CLÍNICA DE NUTRIÇÃO DA UNIMAR

ANTÔNIO, Carina*; CEZAR, Natália Scucuglia*; DETREGIACHI, Claudia Rucco Penteadó**; MARCONATO, Mara Silvia Foratto**.

Nos dias de hoje a dislipidemia vem sendo amplamente estudada por sua prevalência na população mundial. Essa patologia se dá pela alteração dos valores do perfil lipídico, sendo caracterizada com o aumento dos triglicérides, (Hipertrigliceridemia isolada), aumento do LDL-C (Hipercolesterolemia isolada) ou quando há o aumento dos dois valores (Triglicérides e LDL-C) ocorre a hiperlipidemia mista. Essas classificações de dislipidemia também podem estar conjunto com HDL-C abaixo do recomendado. A aterosclerose pode se desenvolver em indivíduos que possuem níveis alterados de lipemia, pois essa patologia caracteriza uma inflamação endotelial que causa lesões e favorece ao acúmulo de colesterol na camada íntima do vaso sanguíneo, resultando em uma obstrução parcial da luz do vaso, denominada placa de ateroma. Todas essas alterações levam ao aumento do risco de desenvolver doenças cardiovasculares. O objetivo desse estudo foi avaliar o grau de risco Cardiovascular Aterogênico dos pacientes atendidos na Clínica de Nutrição da Universidade de Marília-Unimar pelo Sistema Único de Saúde (SUS). Para tal, foram analisados prontuários dos pacientes do SUS, que trouxeram exames bioquímicos no período de novembro de 2017 a abril de 2018, tabulando em planilha Excel, e calculando o índice aterogênico segundo Castelli I e Castelli II. O cálculo segundo Castelli I é feito pela divisão do colesterol total pelo HDL-C e Castelli II são os valores de LDL-C dividido pelo HDL-C. Para a classificação foi utilizado os valores de referência de 4,4 para risco aumentado de doenças cardiovasculares em Castelli I e 2,9 para Castelli II. Foram analisados 32 prontuários de pacientes sendo 84% do sexo feminino e 16% do sexo masculino. Destes, 41% indicam não possuir risco de doenças cardiovasculares, e 59% possui um risco aumentado para desenvolver doenças cardiovasculares. Em conclusão, o índice de Castelli I e Castelli II é um método rápido e fácil para identificação de possíveis doenças cardiovasculares a partir de dados bioquímicos. Conclui-se que mais da metade dos pacientes do SUS atendidos na Clínica de Nutrição da Unimar possui fatores de risco que levam a doenças cardiovasculares. Não houve diferença de resultados entre as razões Castelli I e Castelli II.

Palavras-chaves: Aterosclerose. Doença Cardiovascular. Perfil lipídico.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

ACEITAÇÃO DE FRUTA COMO SOBREMESA POR PACIENTES HOSPITALIZADOS

CEZAR, Natália Scucuglia* ; MILLER, Tânia Corrêa** .

Atualmente a população está com uma maior preocupação com a saúde devido às doenças associadas aos hábitos alimentares irregulares. Segundo a OMS, uma ingestão inadequada de frutas e hortaliças é um dos principais fatores para o desenvolvimento de doenças não transmissíveis. A quantidade necessária diária é de 400 gramas por dia. O consumo de hortifrutícolas é mais deficiente em populações de baixa renda, pelo alto custo e pela falta de conhecimento da importância desse grupo alimentar. Essa pesquisa teve como objetivo avaliar se a aceitação de frutas introduzidas como sobremesa no almoço por pacientes hospitalizados foi satisfatória. Foi realizado um questionário com perguntas objetivas para saber sobre a aceitação das frutas pelos pacientes. Para critério de seleção foram escolhidos pacientes que ficaram internados, no mínimo, 12 horas no hospital e que receberam almoço e jantar, para a escolha da fruta ou da sobremesa. Participaram da pesquisa 80 pacientes de todas as alas do hospital que responderam ao questionário proposto. Os pacientes responderam se a qualidade está adequada e se a quantidade era suficiente. O tempo de duração da aplicação do questionário foi de 8 dias. Os dados coletados foram tabulados em planilha de Excel e expressos em porcentagens. O resultado obtido na pergunta: “Você está gostando de receber uma fruta de sobremesa?” 94% mostraram-se satisfeitos. No requisito tamanho da porção, 78% **informaram** que estavam satisfeitos. Quanto ao “tamanho da porção”, “opções que estavam sendo servidas”, “apresentação de como estavam sendo servidas as frutas” e a “qualidade”, todos os pacientes mostraram-se satisfeitos. Quanto à preferência de frutas entre o almoço e jantar, 65% dos pacientes preferiam no almoço. O hospital forneceu pelo menos, uma vez ao dia, o grupo alimentar de frutas, de verduras e hortaliças, estando de acordo com recomendado pela OMS. Conclui-se que o incentivo ao consumo de frutas como sobremesa satisfaz os pacientes, e podendo contribuir para a sua recuperação.

Palavras-chaves: Aceitabilidade. Frutas. Hábitos Alimentares. Pacientes.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

A INFLUÊNCIA DA CIRURGIA BARIÁTRICA NAS NECESSIDADES DE MICRONUTRIENTES

MOREIRA, Isabella Fernanda de Oliveira* ; MENEGHON, Rafaela Moreira*; CRUZ, Rafaela Souza*; QUESADA, Karina Bechara**

A partir de dados epidemiológicos mundiais observa-se a prevalência de obesidade em inúmeros grupos populacionais. A partir desta análise julga-se eficaz a cirurgia bariátrica como tratamento para obesidade, quando, o excesso de peso representar perigo a saúde, principalmente quando o indivíduo apresentar comorbidades como, Diabetes, Hipertensão, Dislipidemia, Cardiopatia nos quais os tratamentos não surtiram efeito. O bypass gástrico é o procedimento cirúrgico mais aplicado no mundo sendo um tratamento eficiente para o grau severo da obesidade, porém, como qualquer outro procedimento cirúrgico possibilita riscos a saúde no pós-operatório, evidenciando nesses casos deficiência de micronutrientes. Frequentemente o paciente pode desenvolver no decorrer do tempo à carência de micronutrientes, como ferro, cálcio, vitamina D e vitamina B12, além disso, o paciente pode apresentar quadros de diarreia, vômitos e síndrome de dumping no pós-operatório imediato. A equipe multidisciplinar deve avaliar esse paciente com o objetivo de identificar deficiências nutricionais prévias, para serem corrigidas precocemente e não serem confundidas com complicações de pós-operatório. A biodisponibilidade dos micronutrientes nos estoques corporais acabam ao longo do tempo, o que se torna necessário o acompanhamento periódico após a operação, através de exames bioquímicos e físicos. Recommended Dietary Allowances (RDA), atualmente é a recomendação mais utilizada para a ingestão de macro e micronutrientes, válida para indivíduos saudáveis, enquanto no pós-operatório de cirurgia bariátrica há necessidade de novos estudos que comprovem e definam a quantidade adequada para essa população. Sendo assim a suplementação de micronutrientes após a operação se torna indispensável. A absorção da vitamina B12 e o ferro são afetados por dois fatores, sendo eles o desvio intestinal na região do duodeno e jejuno proximal e diminuição da produção de ácido clorídrico e fator intrínseco, devido à redução do estômago. O cálcio é prejudicado após a cirurgia bariátrica, devido à diminuição da área superficial de absorção que ocorre principalmente no duodeno e jejuno. A vitamina D entre todas as suas funções participa do metabolismo de cálcio facilitando sua absorção em ambiente ácido, que também é afetada por ser absorvida no jejuno e íleo. O objetivo dessa pesquisa foi analisar na literatura as principais deficiências de micronutrientes em pacientes após a cirurgia bariátrica. Realizando uma pesquisa bibliográfica de artigos científicos publicados em revistas científicas. Nos artigos avaliados para analisar a adequação de micronutrientes, encontramos posições favoráveis a suplementação de micronutrientes no pós-operatório de cirurgia bariátrica, além, da necessidade de avaliação multiprofissional no pré e pós-operatório a partir de exames físicos e bioquímicos, para detectar carências nutricionais e possíveis complicações e com isso a eficácia do tratamento. A cirurgia bariátrica é uma ferramenta para ser aplicada em pacientes obesos que não tiveram sucesso em outros métodos e que possuem comorbidades. No entanto, são necessários outros fatores como comprometimento, disciplina, alimentação adequada, atividade física e principalmente o acompanhamento multidisciplinar para um resultado seguro e duradouro. Portanto a suplementação de micronutrientes no pós-operatório é importante para prevenção do surgimento de deficiências nutricionais.
Palavras-chave: Cirurgia bariátrica. Deficiência. Micronutrientes.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

AVALIAÇÃO DO USO DE EPI's EM UNIDADES DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (UAE)

LEITE, Laura Kianny Barboza* ; MILLER, Tânia Correa** .

Como qualquer trabalho com riscos à saúde do trabalhador, atividades desenvolvidas dentro de uma Unidade de Alimentação Escolar (UAE), necessita obedecer a Norma Regulamentadora 6 (NR-6), que foi estabelecida pelo Departamento de Segurança e Saúde no Trabalho. Para aplicar a Norma Regulamentadora, é considerado que EPI (Equipamento de Proteção Individual), é todo produto ou dispositivo utilizado pelo trabalhador, que seja destinado a proteger contra riscos e ameaças na segurança e saúde do trabalhador durante o momento de trabalho. Segundo a Organização Mundial da Saúde (2010) o uso de EPI é importante, pois certifica proteção, integridade física e psíquica aos trabalhadores durante a manipulação de instrumentos de trabalho e contribui para a prevenção de acidentes. Ambientes de trabalho, pela natureza das atividades, expõem os trabalhadores a perigos e riscos, que podem ser minimizados ou eliminados se houver utilização de EPI. Esse estudo teve como objetivo observar o uso dos EPI's em 12 escolas de Ensino Infantil e 10 escolas de Educação Fundamental da cidade de Jacarezinho/PR. As cozinheiras responderam um questionário elaborado com base na Norma Regulamentadora 6 – NR 6, que descreve os EPIs que são de uso obrigatório e devem ser utilizados nas UEAs. Este é composto por seis equipamentos básicos de utilização obrigatória em UEAs, sendo eles: luvas térmicas/anti-queimaduras; luvas de borracha látex; luva anti-cortes; dedeira; sapato de segurança e óculos de proteção. Ao final do questionário são contabilizados os equipamentos de proteção que mais são utilizados nas UEAs. Participaram desse estudo 22 cozinheiras, sendo que 40,9 % não utilizavam EPIs por não gostarem, 31,8% utilizavam sapatos de segurança, 9,1% utilizavam luvas térmicas/anti-queimaduras e 18,2% utilizavam luvas de borracha látex. Os resultados observados demonstraram a necessidade de treinamento para que as funcionárias saibam a importância do uso dos EPIs para evitar acidentes de trabalho durante a execução das atividades diárias.

Palavras-chave: Alimentação Escolar. Equipamentos de Proteção Individual. Segurança do Trabalho.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

AVALIAÇÃO DO ESTADO NUTRICIONAL DE 20 CRIANÇAS ATENDIDAS EM UMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE DE JACAREZINHO/PR

LEITE, Laura Kianny Barboza* ; ARRUDA, Camila Maria de** .

Segundo o Ministério da Saúde (2013) condutas inadequadas á práticas alimentares e deficiências nutricionais podem levar a criança a prejuízos imediatos na saúde, elevando a morbi-mortalidade infantil e deixando sequelas futuras, tais como: Atraso escolar, retardo do crescimento e desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT). A desnutrição na infância é atribuída como um dos maiores problemas de sociedades em desenvolvimento, sendo indicado pelo emagrecimento extremo da criança e/ou um comprometimento severo do crescimento linear humano. O excesso de gordura corporal relacionado á massa magra e ao sobrepeso como uma proporção maior que a desejável para a altura, é a definição para a obesidade, sendo condições multifatoriais etiológicas, cujo desenvolvimento sofre influências de fatores sócio-econômicos, biológicos e psicológicos. O presente estudo teve como finalidade avaliar através do Índice de Massa Corporal (IMC) o estado nutricional de 20 crianças (de 0 a 10 anos de idade) atendidas em uma Unidade Básica de Saúde na cidade de Jacarezinho/PR. Os dados de peso corporal e estatura foram coletados no momento da consulta nutricional, após essa coleta foi feito o cálculo do IMC das 20 crianças, colocado na curva de IMC por idade para meninas e IMC por idade para meninos segundo a faixa etária de cada um, após essa etapa os valores foram interpretados na tabela do Ministério da Saúde segundo o escore-z dos resultados de cada criança. Das 20 crianças que participaram do deste estudo 70% encontram-se em estado nutricional de eutrofia, 10% com magreza acentuada, 5% com risco de sobrepeso, 10% com obesidade e 5% com obesidade grave. Os resultados foram positivos, mostrando que a maior parte da população de estudo encontra-se eutróficos, assim minimizando prejuízos à saúde.

Palavras-chave: Estado Nutricional. Crianças. Obesidade. Desnutrição na infância.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

ATUAÇÃO DO NUTRICIONISTA NOS CUIDADOS PALIATIVOS

PARRA, Julia da Silva*; DUARTE, Marcus*; RIBEIRO, Michele Silva*; NETO, Osvaldo Vieira Gomes*; MICHELAM, Vanessa*; QUESADA, Karina**.

A palavra “paliativo” vem do latim *palliun* que tem como significado manto, proteção, portanto, em seu contexto total se entende por proteger aqueles em que a medicina curativa não pode mais auxiliar. O termo “cuidado paliativo” é utilizado também para mostrar o papel de uma equipe multiprofissional à pacientes considerados sem possibilidades terapêuticas de cura. Nesse âmbito, o nutricionista tem papel fundamental, visto que colabora para evolução positiva do paciente em estado terminal, visto que pacientes com esse perfil costumam apresentar inapetência, combinado a sintomas indesejáveis relacionados à enfermidade e aos medicamentos utilizados. Estes fatores podem levar a um maior comprometimento do estado nutricional, interferindo na qualidade de vida. O objetivo do presente trabalho foi realizar uma revisão bibliográfica sobre a atuação do nutricionista no cuidado paliativo. Para este fim, foram selecionados artigos da base de dados *Scielo*, publicados entre 2002 a 2018. Foram utilizados os descritores e suas combinações: cuidados paliativos; nutrição e cuidados paliativos; terapia nutricional em cuidados paliativos; atuação do nutricionista em cuidados paliativos. Os pacientes nesta condição sofrem várias modificações relacionados à alimentação, como por exemplo a perda parcial ou total do paladar, deglutir e digerir os alimentos, absorver nutrientes e até eliminar as fezes de forma independente. Portanto, o nutricionista é o profissional que irá perceber e valorizar o significado dos alimentos, estando sempre atento as solicitações alimentares, sem esquecer de levar em conta as necessidades nutricionais e a vontade do paciente. Em relação a escolha do tratamento nutricional, a via oral sempre é a mais indicada, e caso não seja possível é utilizada a nutrição enteral e, em último caso, a parenteral. Sobretudo, levando em consideração o aspecto nutricional, ainda existem conflitos na literatura sobre os verdadeiros benefícios da hidratação e do suporte nutricional no âmbito dos cuidados paliativos, de modo que a análise e a prescrição da quantidade de calorias, nutrientes e volumes adequados, necessitam do bom pensamento crítico da equipe cuidadora, sempre priorizando a opinião do paciente, o que é fundamental para melhorar a qualidade de vida e proporcionar conforto e acolhimento para o mesmo. Informar ao paciente e seus familiares sobre a terapia nutricional que será utilizada é importante para habilitá-los sobre a dieta, diminuir a ansiedade a respeito de como será feita a administração e para que os riscos e benefícios possam ser considerados. O nutricionista é um dos profissionais responsáveis por oferecer explicações ao enfermo e familiares. Por esse motivo, habilidade para se comunicar é essencial, e tão necessária quanto ter conhecimento técnico dentro de sua especialidade. Diversas vezes, o profissional em nutrição encontra-se com dificuldade com relação a conduta nutricional ideal, pois além de suprir as necessidades nutricionais, é preciso respeitar o desejo do paciente e de seus familiares. No contexto geral, além da ação dietoterápica a ser tomada, a terapia nutricional, em cuidados paliativos, deve priorizar o controle dos sintomas, o conforto e o bem-estar do paciente.

Palavras-chave: Cuidado Paliativo. Nutricionista. Dietoterapia.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

PREVALÊNCIA DE ALERGIA ALIMENTAR EM ESCOLARES DA REDE PÚBLICA

XAVIER, Amanda da Silva^{*}; MILLER, Tânia Corrêa^{**}

O ingresso escolar é um evento muito importante na vida de uma criança, pois é o rumo à independência em relação aos pais, a construção de um espaço próprio que marcará seu caminho futuro. A entrada na escola é um desafio para todos envolvidos, em especial para criança com alergia alimentar. A alergia alimentar é uma reação às proteínas presentes em alguns alimentos, como leite de vaca, soja, ovo, trigo, amendoim, oleaginosas, peixes e crustáceos. As proteínas do leite de vaca, soja e do ovo são as que mais causam reações alérgicas em crianças na idade escolar, mas as demais alergias também podem acontecer e a escola precisa estar atenta para acolher as especificidades de cada tipo de alergia alimentar. As manifestações podem ocorrer até mesmo quando há a ingestão de quantidades mínimas do ingrediente. Os sintomas mais comuns são: diarreia, prisão de ventre, irritabilidade, refluxo, vômitos, vermelhidão na pele, perda de peso, chiado, etc. É importante lembrar que a criança com necessidade alimentar especial tem direito a ser acolhido no ambiente escolar, o que inclui o direito de receber uma alimentação adequada às suas necessidades. A pesquisa tem como finalidade fazer um levantamento de dados sobre a quantidade de crianças alérgicas ao leite de vaca, ovo e peixe que são alimentos oferecidos na alimentação escolar, e avaliar se existe alimentação inclusiva nessas escolas. Para analisar a prevalência de alergias alimentares, foi realizada uma pesquisa em cinco escolas do município de Pompéia/SP, que possui um total de 1644 alunos. Participaram da avaliação 1430 escolares com faixa etária entre 06 e 10 anos. Foram coletados dados como a idade e o tipo de alergia alimentar, e para saber se a escola pratica alimentação inclusiva foi observado o cardápio da alimentação escolar que é oferecido pela Cozinha Piloto do município em dias que a refeição incluía os alimentos analisados na pesquisa. Como resultados parciais foi observado que a prevalência de alergia alimentar em relação ao leite de vaca foi de 34%, 15% são alérgicos ao peixe e 19% alérgicos ao ovo. Conclui-se parcialmente que, a alergia aos alimentos atinge um grande número de crianças e os profissionais da educação, assim como os da Unidade de Alimentação Escolar devem acolher adequadamente esses escolares e deve ser elaborado um cardápio diferenciado para cada tipo de problema.

Palavras-chave: Alergia alimentar. Alimentação Escolar. Nutrição da Criança.

^{*} Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

^{**} Docente da Universidade de Marília

PREVALÊNCIA DE OBESIDADE INFANTIL EM ESCOLARES DE UMA ESCOLA PÚBLICA DO INTERIOR DO ESTADO DE SÃO PAULO

SOARES, Ana Julia Duarte^{*}; MILLER, Tânia Corrêa^{**}.

A obesidade vem-se tornando tema de crescente preocupação. Nos países desenvolvidos, esse aumento na faixa etária pediátrica já foi bem documentado. A obesidade infantil preocupa devido ao risco aumentado que esses indivíduos têm de tornarem-se adultos obesos. Foi encontrado um risco de no mínimo duas vezes maior de obesidade na idade adulta para as crianças obesas em relação às não obesas. Este é um tema de crescente preocupação, dado o importante aumento em sua prevalência e a sua associação com diversas condições mórbidas. Este estudo tem como objetivo avaliar o índice de crianças obesas em uma Escola Municipal do interior do Estado de São Paulo. A população de estudo será composta por 160 alunos, de ambos os sexos, regularmente matriculados em uma escola de Ensino Fundamental do município de Pongai-SP, com faixa etária entre 6 e 11 anos. Será realizada avaliação antropométrica, com a coleta de dados de peso e estatura. Será utilizado o programa Nutrilife para conhecer o estado nutricional da criança por meio do cálculo do IMC e utilização da classificação da OMS.

Palavras-chave: Avaliação Antropométrica. Escolar. Obesidade Infantil.

^{*} Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

^{**} Docente da Universidade de Marília e Centro Universitário de Adamantina UNIFAI

CONHECIMENTO SOBRE HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA E MEDIDAS DE CONTROLE EM IDOSOS

REZENDE, Carolina Augusto*;; CAYRES, Silvia Helena de Oliveira Silva¹; DE ARRUDA, Camila Maria**.

A Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) não controlada permanece como importante problema médico social nos países desenvolvidos e em desenvolvimento. Mesmo conhecendo-se a eficácia, efetividade e eficiência de várias medidas preventivas e de controle disponíveis, os agravos da doença continuarão representando um dos maiores desafios sociais e de saúde. Estudos epidemiológicos têm demonstrado não só o aumento da prevalência da hipertensão com o avanço da idade, mas também a sua ocorrência associada a outros fatores de risco e estilo de vida. Há, portanto, necessidade de tratamento adequado com mudanças dietéticas e comportamentais, além da manutenção rigorosa da terapia medicamentosa, pois com esses cuidados é possível prevenir consequências a longo prazo como lesão de órgãos alvo e mortalidade. O presente estudo tem como objetivo identificar o conhecimento sobre HAS e A alimentação rica em sódio de pacientes idosos. Fizeram parte do estudo, 12 pacientes idosos de ambos os sexos com diagnóstico de hipertensão, atendidos em forma de grupo na Unidade de Saúde da Família (USF) do Município de Pompeia. Foi realizada uma orientação sobre HAS pela equipe de nutrição, onde foram coletadas informações sobre conhecimento da doença, consumo de sódio na alimentação e prática de atividade física. Durante a orientação realizou-se aferição da pressão arterial dos participantes e distribuído dicas para uma alimentação saudável. Dos 12 pacientes atendidos na (USF), 66,6% do gênero feminino e 33,3% do gênero masculino, sendo que 100% tinha conhecimento sobre o que era hipertensão e seus riscos, e 80% sabia sobre os alimentos que continham sódio. Os pacientes apresentaram pressão arterial média de 130 mm/Hg sistólica e 80 mm/Hg diastólica. OS pacientes demonstraram conhecimento satisfatório em relação à doença, sendo de suma importância destacar para os mesmos que o tratamento da HAS se faz com mudanças no estilo de vida, com realização de atividades físicas, modificações dos hábitos nutricionais e tratamento medicamentoso, exigindo dessa forma o acompanhamento de uma equipe multiprofissional.

Palavras-chaves: Hipertensão. Terapia. Idoso.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília e Centro Universitário de Adamantina UNIFAI

SAÚDE DA MICROBIOTA INTESTINAL RELACIONADA AO DESENVOLVIMENTO DE DOENÇAS INFLAMATÓRIAS INTESTINAIS

PARRA, Julia da Silva*; DUARTE, Marcus Vinicius Batista*; RIBEIRO, Michele Silva*; NETO, Osvaldo Vieira Gomes*; MICHELLAM, Vanessa*; QUESADA, Karina Quesada**;

A microbiota intestinal tornou-se uma fonte de estudo extremamente importante para o conhecimento e tratamento de determinadas patologias. O trato gastrointestinal é um órgão estéril ao nascimento, adquirindo microrganismos logo após o parto. Dentre suas principais funções, destacam-se a imunomodulação, contribuição nutricional e resistência à colonização por bactérias patogênicas. Sofre alterações por fatores externos e internos como meio ambiente, antibióticos, alimentação, sistema imunológico, genético, probióticos e prebióticos. Sendo assim, nos últimos anos as pesquisas acerca da microbiota intestinal se intensificaram, transformando de forma radical os nossos conhecimentos sobre o microbiota e sua relação com a manutenção da saúde e o desenvolvimento de doenças no ser humano. Desse modo, o trabalho tem por objetivo relatar e explicar a colonização da microbiota intestinal e sua influência na saúde do hospedeiro, bem como a relação entre o estado saudável ou não da microbiota no desenvolvimento das doenças inflamatórias intestinais. Foi realizada uma pesquisa bibliográfica de artigos científicos, publicados em revistas científicas, nas quais abordaram o assunto microbiota intestinal relacionada ao desenvolvimento de doenças inflamatórias intestinais, tendo sido utilizadas como palavras chave microbiota, doenças inflamatórias intestinais, relação saúde-microbiota. Foram consultados artigos publicados entre 2013 a 2017 nas bases de dados Scielo, PubMed e Google acadêmico, sendo considerados tanto artigos em português como em inglês. Evidências crescentes demonstram que uma alteração permanente da composição ou da função da microbiota (disbiose) pode alterar as respostas imunológicas, o metabolismo, a permeabilidade intestinal e a motilidade digestiva, resultando isto em efeitos negativos para o hospedeiro. Esta situação pode levar à inflamação e lesão do tecido da mucosa, que parece predispor para situações como infecção por *Clostridium difficile*, doenças inflamatórias do intestino, câncer cólon-retal e síndrome do intestino irritável. Tais alterações podem comprometer, sobretudo, as funções imunes e metabólicas do hospedeiro, favorecendo o aparecimento de doenças como diabetes, obesidade, doenças digestivas, neurológicas, autoimunes e neoplásicas.

Palavras-chave: Microbiota, Doenças inflamatórias intestinais, Relação saúde-microbiota

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

RELAÇÃO ENTRE DESMAME E ESTADO NUTRICIONAL DE CRIANÇAS ATENDIDAS NO AMBULATÓRIO DE PEDIATRIA DA UNIVERSIDADE DE MARÍLIA – UNIMAR

SIMI, Adrielle* ; GARBIM, Daniele Paula* ; PELEGRINI, Mariana Cardozo de Souza* ; FERRARO, Paula Mantuanelli** ; ARRUDA, Camila Maria de***.

Como estratégia essencial para redução da mortalidade infantil, a Organização Mundial da Saúde (OMS) sugere o aleitamento materno exclusivo até o sexto mês de vida e após esse período, determina que o aleitamento seja associado a alimentos saudáveis e outros líquidos. O aleitamento materno no primeiro de vida é um fator determinante que promove o desenvolvimento e crescimento da criança, tendo efeito protetor e favorecendo um estado nutricional adequado para a criança. As crianças são classificadas como um grupo predisposto a determinados riscos, como deficiências e excessos alimentares. Indicadores apontam que a obesidade está relacionada ao desmame precoce, estudos avaliam que há associação entre amamentação e o tipo de alimentação no início da vida destas. As crianças com desmame precoce, são mais suscetíveis a contrair determinadas doenças, como as respiratórias, obesidade, sobrepeso, desnutrição e outras patologias. O objetivo deste estudo é apurar se o desmame precoce influencia o estado nutricional das crianças. Para isso, foram selecionados 50 prontuários de crianças entre 1 e 15 anos, de onde foram coletados os dados necessários para se obter o Índice de Massa Corporal (IMC) e a idade de desmame (considerando aleitamento materno) e, em seguida, submetê-los à análise estatística. A partir dos resultados, observou-se um maior percentual de obesidade em crianças com desmame entre 0 e 2 meses em relação a eutrofia, sobrepeso e obesidade grave. Nos demais períodos a obesidade não se sobressai ao percentual eutrofia, porém se aproxima e, inclusive, a obesidade grave se equipara aos valores de eutrofia no desmame entre 6 a 8 meses. No período de 9 a 12 meses ou mais, pode-se observar uma maior prevalência de eutrofia em comparação aos outros períodos, podendo sugerir que quanto maior o tempo de amamentação, menores são os efeitos negativos no estado nutricional. Porém, os hábitos alimentares, principalmente entre crianças de 10 a 15 anos, tem influência no estado nutricional. Além disso, devem ser considerados outros fatores como os socioeconômicos e culturais, por exemplo. Portanto não é possível estabelecer que o desmame precoce seja um fator isolado que afeta o estado nutricional, mas sim, um aliado importante dentro de um conjunto de situações.

Palavras-chave: Desmame. Estado Nutricional. Índice de Massa Corporal. Obesidade.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

*** Docente

RECICLE SEUS CONCEITOS: EVITE O DESPERDÍCIO DE COPOS PLÁSTICOS E ALIMENTOS

FORTES, Mariana da Silva Alves^{*}, PRIMO, Daiana Cristina¹, MILLER, Tânia Corrêa^{**}, ALBINO, Fabiane^{***}, ARAUJO, Renata Freitas da Cruz^{***}.

No gerenciamento de Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN) o desperdício de alimentos é um fator de grande importância, pois se trata de uma questão não somente ética, mas também econômica e com reflexos políticos e sociais para o profissional nutricionista, tendo em vista que o Brasil é um país onde a fome e a miséria são consideradas como problema de saúde pública. A quantidade de alimentos jogados no lixo diariamente no Brasil poderia alimentar cerca de 10 milhões de pessoas. Diversos fatores influenciam o desperdício de alimentos como: planejamento inadequado de refeições, preferências alimentares, treinamento dos funcionários para produção e o porcionamento dos alimentos. Resto é a quantidade de alimentos devolvida no prato ou bandeja pelo cliente, é um indicativo de desperdício no restaurante e deve ser avaliado não somente do ponto de vista econômico, como também da falta de integração com o cliente. O tamanho do prato e os pegadores dos alimentos podem induzir os clientes a se servirem de uma quantidade maior que a possibilidade de consumo e consequentemente, gerar restos. Evitar o desperdício também significa aumentar a rentabilidade da UAN, pois os restos alimentares trazem em si uma parcela dos custos de cada etapa da produção: custos de matéria-prima, tempo e energia, da mão-de-obra e dos equipamentos envolvidos. Muito usado no Brasil na hora de tomar café ou água, o copo descartável costuma ser visto como sinônimo de economia, rapidez e até de sustentabilidade, principalmente com o crescente problema da escassez de água em algumas regiões, onde a economia do recurso é muito necessária. Sabemos que o plástico, é o resíduo sólido urbano de maior potencial para reciclagem no mundo. As práticas de descarte adotadas para o produto não exploram de maneira satisfatória esse potencial, já que grandes quantidades acabam em aterros sanitários (no caso de cidades que possuem esse tipo de instalação) ou, infelizmente, descartados de maneira inadequada no meio ambiente. O objetivo deste trabalho foi reduzir o desperdício de alimentos e copos descartáveis por parte dos clientes de uma UAN. Foram colocados displays com informativos educacionais nas mesas, cartazes nos murais do restaurante onde possui um painel informativo. Foram realizadas intervenções educacionais com os clientes visando à redução do desperdício. Espera-se que os clientes mudem seus hábitos diminuindo o desperdício de alimentos e copos descartáveis, diminuindo o impacto no meio ambiente. Acredita-se que esse trabalho também contribuirá de forma positiva, pois a diminuição do desperdício significa aumento da rentabilidade da UAN e menor impacto ambiental.

Palavras-chave: Desperdício. Meio ambiente. Sustentabilidade.

^{*} Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

^{**} Docente da Universidade de Marília

^{***} Nutricionistas de Campo – Unidade de Alimentação (UAN)

AÇÕES EDUCATIVAS EM SAÚDE PÚBLICA NO CONTROLE DA HIPERTENSÃO ARTERIAL

ARRUDA, Camila Maria de*, CARVALHO, Luciana Gonçalves**, FORTES, Mariana da Silva Alves***.

A hipertensão arterial é fator de risco para doença coronariana, doença cerebrovascular, doença vascular periférica, insuficiência cardíaca e doença renal terminal. Esses agravos são importantes causas de morbidade e mortalidade, com elevado custo social, responsável pelo segundo maior número de doenças cardíacas evitáveis e mortes por acidente vascular cerebral, perdendo apenas para o tabagismo. A hipertensão arterial afeta aproximadamente 1 bilhão de adultos no mundo, entre pessoas com 50 anos de idade ou mais, a hipertensão sistólica isolada é a mais comum forma da doença, e a pressão arterial sistólica se torna mais importante do que a pressão arterial diastólica como um preditor independente de risco para eventos coronarianos, acidente vascular cerebral, insuficiência cardíaca e doença renal terminal. O tratamento da hipertensão reduz o risco de desfechos de doença cardiovascular, incluindo acidente vascular cerebral (em 35 a 40%), infarto do miocárdio (em 15 a 25%) e insuficiência cardíaca (em até 64%). A abordagem da hipertensão arterial é constituída de intervenção medicamentosa, sempre acompanhada por mudanças no estilo de vida, sendo assim, o sucesso do controle das taxas de pressão arterial depende da adesão adequada do paciente ao tratamento e de práticas de saúde que estimulem ou facilitem a mudança do estilo de vida. Diversas publicações têm reportado em diferentes países, a importância de programas educativos para promover maior adesão ao tratamento, resultando em melhor controle da hipertensão arterial evitando assim as complicações resultantes da doença. Prevenir complicações da hipertensão arterial, esclarecer sobre os fatores de risco cardiovasculares, alcançar maior adesão dos pacientes ao tratamento a fim de valorizar a mudança de comportamento do hipertenso, estimulando o autocontrole. Espera-se também envolver familiares e comunidade no diagnóstico precoce e no apoio ao hipertenso. Formar grupos de 15 pacientes hipertensos da unidade básica de saúde do Jardim Paraná, com estratégias de ações educativas e terapêuticas. Nos encontros com os grupos obtivemos resultados positivos, pois os pacientes estão mantendo os níveis de pressão arterial adequados, aumentando assim o interesse em conhecer sobre os alimentos que auxiliam no tratamento e 30% deles iniciaram atividades físicas diariamente. A intervenção no tratamento e acompanhamento de pacientes hipertensos através da formação de grupos para ação educativa, garantia de fornecimento de medicação e atendimento de intercorrências, por equipe multidisciplinar, mostra-se notavelmente útil no controle desta doença crônica. A hipertensão apresenta grande morbidade, com altos custos envolvidos no seu tratamento. Portanto espera-se que com o controle adequado da doença haja redução dos índices de mortalidade e morbidade e dos custos correlacionados a essa doença.

Palavras-chave: Hipertensão. Pressão Arterial. Doença Crônica.

* Docente da Universidade de Marília

** Nutricionista de Campo – Saúde Pública

*** Discente do curso de graduação em Nutrição/Unimar

ÍNDICE DE ADIPOSIDADE VISCERAL E RESISTÊNCIA À INSULINA

ANDREASI Jéssica Cambuí*; BARBOSA, Josué de Souza*; LIMA, Angélica Pietra Romano*; QUESADA, Karina**.

Um fator de grande influência sobre o risco cardiometabólico é a distribuição da gordura corporal. Associado diretamente à patogênese da resistência insulínica e, ao desenvolvimento de doenças cardiovasculares, destaca-se o excesso de gordura intra-abdominal ou também conhecido como gordura visceral. Além disto, esta possui uma maior influência sobre anormalidades metabólicas, quando comparada a adiposidade corporal total e subcutânea. Considerando que os métodos padrão ouro para avaliação da gordura visceral apresentam alto custo (tomografia e ressonância) e que a medida da circunferência da cintura, de forma isolada, não distingue a gordura subcutânea da visceral, foi desenvolvido o Índice de Adiposidade Visceral (Visceral Adiposity Index – VAI). Este é um índice desenvolvido a partir de parâmetros antropométricos e bioquímicos, com o intuito de estimar disfunções de adiposidade relacionadas ao risco cardiometabólico. O presente estudo tem como objetivo a realização de uma revisão bibliográfica sob o intuito de correlacionar o índice de adiposidade visceral com a resistência à insulina avaliada por meio do índice de Homeostasis Model Assessment (HOMA-IR). Foi realizada uma pesquisa bibliográfica de artigos científicos, publicados em revistas científicas nos anos de 2016 a 2018, nas quais abordaram o assunto sobre a adiposidade visceral e sua relação com a resistência à insulina. Foram utilizados os descritores: índice de adiposidade visceral, resistência à insulina e HOMA-IR. Foram consultados os bancos de dados do *Scielo*, *PubMed*, Biblioteca Virtual e foram considerados tanto artigos em inglês quanto em português sobre o tema. A pesquisa foi realizada no mês de abril de 2018. É uma pesquisa secundária, transversal, bibliográfica. Foram analisados 10 artigos, dos quais 100% encontraram positiva a associação do índice de adiposidade visceral com o aumento da resistência à insulina avaliada por HOMA-IR. Visto que o excesso na quantidade de gordura corporal e visceral está associado com um declínio na função das células beta e sensibilidade à insulina em todo o corpo e pior perfil de risco cardiovascular torna-se de suma importância a intervenção preventiva neste contexto. Assim, é sensato a indicação da utilização deste índice de adiposidade visceral para este controle visto a sua eficácia e baixo custo quando comparado as aferições consideradas padrão ouro, pois é um método simples e de fácil aplicabilidade clínica.

Palavras-chave: Resistência à insulina. Índice de adiposidade visceral. Obesidade.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

AValiação DO ESTADO NUTRICIONAL DE IDOSOS ATRAVÉS DO SISTEMA DE VIGILÂNCIA ALIMENTAR E NUTRICIONAL

ANDREASI, Jéssica Cambuí*; BERGO, Laura Cantarim*; ARRUDA, Camila Maria**.

O envelhecimento é um processo natural do corpo, o qual ocorrem alterações físicas, morfológicas, funcionais, psicológicas e sociais. Devido as alterações há uma grande perda de massa muscular e ganho de gordura corporal, entre outros. Sendo assim, os idosos têm uma classificação exclusiva de avaliações antropométricas, principalmente de IMC, da qual é a mais usada. Devido este fato o presente estudo obteve como objetivo investigar o estado nutricional da população idosa atendida nas unidades de saúde, da cidade de Marília. Se trata de um projeto do tipo descritivo, com desenho primário, de interferência observacional e período transversal, sendo de forma quantitativa. A população de estudo foi composta por idosos atendidos em unidades de saúde. Os quais foram abordados para responder o questionário do Sistema de Vigilância Alimentar e nutricional (Sisvan), já que o mesmo deve ser aplicado por profissionais em atendimento. Para avaliação do estado nutricional foram coletadas medidas antropométricas de peso e estatura. As medidas foram realizadas através de balança fixa no chão, a qual já possuía o estadiometro e o indivíduo posicionado no centro da balança, descalço e sem portar acessórios. A estatura foi coletada por meio do estadiometro presente em balança, sendo a aferição realizada com o indivíduo mantido em pé, com cabeça livre de adereços, corpo ereto, pés levemente separados e os braços estendidos ao longo do corpo, mantendo a cabeça no plano horizontal de Frankfurt; para então ser calculado o índice de massa corpórea (IMC), de acordo com a fórmula de *Quetelet*, no qual o peso do indivíduo (Kg) é dividido por sua estatura (m) elevada ao quadrado. O tratamento estatístico dos dados quantitativos foi realizado com apoio do programa Excel, onde foram tabulados e analisados. Participaram do estudo 17 idosos, sendo 88% mulheres e 12% homens. Observando-se que a maioria do público prevaleceu do sexo feminino, reflete-se sobre a busca pelos cuidados com a saúde, influenciando na maior expectativa de vida das mulheres. O estado nutricional da população se apresentou em 70,6% com sobrepeso, 11,8% desnutridos e 17,6% eutróficos. Com base nesses dados foi possível constatar a prevalência de sobrepeso na população idosa, tal fato que precisa ser acompanhado para controle de maiores agravos, que acarretam o desenvolvimento de doenças crônico-não transmissíveis e contribuem para a morbidade desta população. Visto o aumento da expectativa de vida que o país está passando, é imprescindível que o envelhecimento aconteça de forma saudável e proporcionando qualidade de vida para as pessoas.

Palavras-chave: Envelhecimento. Estado nutricional de idosos. Vigilância alimentar.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

INTRODUÇÃO PRECOCE DA ALIMENTAÇÃO COMPLEMENTAR EM LACTENTES

RODRIGUES, Caroline dos Reis^{*}; TEODOSIO, Bianca Thayna^{*}; DETREGIACHI, Cláudia Rucco Pentead², MARCONATO, Mara Silvia Foratto^{**}, ARRUDA, Camila Maria^{**}

Alimentação complementar é definida como a alimentação no período em que outros alimentos ou líquidos são oferecidos à criança, em adição ao leite materno. O aleitamento materno exclusivo dos 6 meses até os 2 anos ou mais, aliado à introdução de alimentação complementar balanceada e equilibrada são enfatizados pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como medidas importantes de saúde pública com impacto positivo na redução do risco para o desenvolvimento de doenças futuras. A respeito da alimentação complementar, destaca-se a introdução precoce de alimentos inadequados como, por exemplo, leite de vaca integral; consistência inapropriada e baixa densidade e biodisponibilidade de macronutrientes; oferta insuficiente de frutas, legumes e verduras; contaminação no preparo e armazenamento; acréscimo de carboidrato simples às mamadeiras; e oferta de alimentos industrializados ricos em carboidrato simples, lipídios e sal, consumidos com frequência pela família. O presente trabalho teve como objetivo levantar publicações científicas sobre a prática da alimentação complementar em lactentes até dois anos de idade. A revisão da literatura sobre o assunto foi realizada a partir do levantamento no banco de dados Scielo, utilizando o descritor “Alimentação complementar” ou “*Complementary food*”. Foram definidos os limites de idade (crianças de 0 a 23 meses), período de publicação (de 2000 a 2018) e idioma de redação (português). Esse levantamento encontrou 5 artigos, nos quais verificamos que as mães relataram que as práticas alimentares adotadas eram baseadas em sua própria experiência de vida ou de sua família. Em um dos estudos analisados verificou-se que 6,7% dos lactentes menores de 6 meses já não recebiam aleitamento materno, sendo justificado pela baixa produção de leite e recusa da criança, sucedendo a substituição do leite materno por fórmulas infantis ou leite de vaca integral. Também foi detectada elevada frequência de acréscimo de açúcar, cereais e achocolatado nas preparações e elevado consumo de alimentos industrializados, refrigerantes e sucos artificiais. Os prejuízos do aleitamento artificial e da introdução precoce ou inadequada dos alimentos complementares devem ser mais discutidos e divulgados para que os pais entendam a importância do aleitamento materno e de uma alimentação complementar adequada para o crescimento e desenvolvimento infantil. Cabe aos profissionais da saúde repassar as recomendações para a promoção da alimentação complementar saudável da criança amamentada, devendo oferecer alimentos ricos em energia e micronutrientes, sem contaminação, sem muito sal ou condimentos, em quantidade apropriada e fácil de preparar a partir dos alimentos da família.

Palavras-chave: Alimentação complementar. Desmame. Lactentes. Nutrição Infantil.

^{*} Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

^{**} Docente da Universidade de Marília

ORIENTAÇÕES SOBREALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL PARA FUNCIONÁRIOS DE UMA INDÚSTRIA ALIMENTÍCIA

RODRIGUES, Caroline dos Reis*; TEODOSIO, Bianca Thayna*; MULATO, Deisiane de Cássia*; ANTÔNIO, Natália Mayara*; MILLER, Tania Corrêa**.

As frutas e verduras são fundamentais para todo regime alimentar saudável. Estudos afirmam que estes alimentos podem ajudar a prevenir patologias importantes, como as doenças cardiovasculares e certos tipos de câncer, principalmente do sistema digestório. Diversos mecanismos podem mediar esses efeitos protetores, envolvendo antioxidantes e micronutrientes, como flavonóides, carotenóides, vitamina C, ácido fólico e fibras. Estas e outras substâncias bloqueiam ou suprimem a ação dos agentes cancerígenos, e como antioxidantes, evitam danos causados pela oxidação do DNA. Consumir esses alimentos em baixa quantidade, ou seja, abaixo da recomendação, coloca o indivíduo dentro dos dez principais fatores de risco para o desenvolvimento de doenças. O consumo em excesso de alimentos ricos em sal, gordura e açúcar na alimentação da população brasileira, é um reflexo do consumo de alimentos e bebidas industrializados e ultra processados que vem trazendo um aumento de peso. Tem sido apresentadas recomendações para promover dietas saudáveis, para mudar a percepção dos consumidores e o conhecimento sobre o processamento dos alimentos. Assim como, novas percepções de mercado têm feito com que haja maior disponibilidade de alimentos saudáveis para o consumo. O objetivo desse estudo foi incentivar o consumo de frutas, legumes, verduras, grãos, fibras e a diminuição do consumo de açúcar, sal e alimentos industrializados de funcionários de uma indústria alimentícia. Esta pesquisa foi observacional e qualitativa; a população de estudo foi composta por adultos de ambos os sexos. A população foi orientada quanto ao consumo excessivo de sal e açúcar e seus riscos à saúde, visando mudanças de hábitos alimentares no local de trabalho e em casa. A orientação foi realizada juntamente com a exposição de um cartaz no restaurante da empresa durante o almoço, no horário das 9h às 12h durante três dias. O cartaz ficou ao lado de uma mesa com a exposição de leguminosas que eram frequentemente servidas no restaurante da indústria, com o intuito de incentivar o consumo, por meio da orientação sobre a importância delas na alimentação. No cartaz continha as seguintes informações: diminuir o sal nos temperos de saladas, optar sempre por sal ou shoyu; diminuir o açúcar, reduzindo o consumo de sucos industrializados, refrigerantes e optando por doces mais saudáveis, ao invés de sobremesas adocicadas; aumentar o consumo de fibras, consumindo grãos integrais; aumentar o consumo de líquidos, visando pelo menos 2 litros por dia e evitar o consumo dos mesmos junto às refeições. Visivelmente os funcionários tiveram curiosidade sobre as orientações propostas e relataram dificuldade em seguir o que foi orientado, tanto no ambiente de trabalho, quanto em casa. Palavras-chave: Alimentação Coletiva. Comportamento Alimentar. Educação nutricional

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

ESTADO NUTRICIONAL DE PRÉ-ESCOLARES DE UMA CIDADE DO INTERIOR DO ESTADO DE SÃO PAULO

CARVALHO, Evelyn Silva^{*}; FERREIRA, Fabiane Silva^{*}; MILLER, Tânia Corrêa^{**}

A atuação do nutricionista no âmbito escolar é de extrema importância, porque ele será responsável pela alimentação de pessoas que estão em período de intenso desenvolvimento físico e psicológico. Uma alimentação inadequada nesse período pode causar prejuízos no crescimento e desenvolvimento da criança, causar doenças, como também pode diminuir a capacidade de aprendizagem, as quais inevitavelmente poderão apresentar um rendimento escolar insatisfatório. Esse estudo teve como objetivo avaliar o estado nutricional de pré-escolares. Foram coletados dados de peso e estatura de crianças de 4 a 6 anos de idade de duas escolas municipais de uma cidade do interior de São Paulo. Participaram da pesquisa 49 alunos e foram coletados dados de peso e estatura para cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC). De acordo com os resultados, podemos observar que 79,6% dos pré-escolares foram classificados como eutróficos, 10,2% apresentaram sobrepeso, 8,2% apresentaram obesidade e 2% foram classificados com baixo peso, de acordo com a classificação da OMS (Organização Mundial de Saúde). Concluímos que estratégias de educação nutricional devem ser planejadas no âmbito escolar, uma vez que 18,4% dos pré-escolares avaliados apresentaram excesso de peso.

Palavras-chave- Avaliação Antropométrica. Obesidade. Pré-Escolar.

^{*} Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

^{**} Docente da Universidade de Marília

OS BENEFÍCIOS DA SUPLEMENTAÇÃO DE ZINCO NO TRATAMENTO DE DOENÇAS RESPIRATORIAS EM CRIANÇAS HOSPITALIZADAS

CORACINI, Daniel Meyer* ; QUESADA, Karina**

A pneumonia é a maior causa infecciosa de morte em crianças em todo o mundo. Para a prevenção da pneumonia pode ser realizadas intervenções simples e tratada com medicação e cuidados de baixo custo e baixa tecnologia. O zinco é um elemento nutricional essencial, é importante para crescimento celular e para a diferenciação celular. Ele desempenha um papel importante e vital no desenvolvimento físico dos sistemas digestivo e imunológico. Embora a deficiência grave de zinco seja rara em humanos, de forma leve a moderada pode ser comum, porém, em crianças pode causar retardo no crescimento e aumento da incidência de infecções (pneumonia, gastroenterite) por meio do enfraquecimento do sistema imunológico e da alteração das ações neurais e comportamentais. Este estudo teve como objetivo revisar artigos publicados e descobrir se a suplementação de zinco em crianças auxilia no tratamento de doenças respiratórias. A pesquisa foi desenvolvida por meio de revisões de artigos científicos publicados em diversas bases de dados no período de 2013 a 2018 com os seguintes descritores suplementação de zinco; crianças; doenças respiratórias e zinco. Após análise de todos os dados dos artigos coletados para essa pesquisa, foi indicado que a suplementação de zinco melhora os sinais e sintomas da pneumonia, também pode diminuir o tempo de internação dos pacientes, pode acelerar a recuperação de pneumonia e sintomas, reduz a resistência a medicamentos causada por múltiplas terapias com antibióticos e pode prevenir a pneumonia em crianças saudáveis. Porém todas as pesquisas tem há necessidade de mais estudos para que possa comprovar tais benefícios, devido à dificuldade de encontrar um número grande de amostras para realização da pesquisa. O que se tem comprovado em vários estudos é que em países subdesenvolvidos onde existe maior incidência de desnutrição em crianças a deficiência de zinco deixa mais suscetíveis a contrair a pneumonia, portanto é necessária a suplementação de zinco para a prevenção. Concluímos com essa pesquisa que a influência de um micronutriente pode ser essencial para o tratamento e prevenção de doenças, portanto é muito importante que se realizem mais estudos para podermos entender cada vez mais suas funções.

Palavras-chave: Zinco. Suplementação. Pneumonia.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

FREQUENCIA DE DOENÇAS ATENDIDAS NA CLINICA DE NUTRIÇÃO DA UNIVERSIDADE DE MARÍLIA.

CORACINI, Daniel Meyer^{*}; SANTOS, Nagila Bianchini^{**}; DETREGIACHI, Cláudia Rucco Penteadó^{**}.

Nos últimos anos, Pesquisa realizada demonstra que em uma década no Brasil houve um aumento de 61,8% de diabetes e 14,2% de hipertensão. Também foi observado que mais da metade da população está com peso acima do recomendado e 18,9% dos brasileiros estão obesos. Mas também demonstraram que houve aumento no consumo de frutas e hortaliças e aumentou a atividade física no lazer. Teve uma redução do consumo de refrigerantes e sucos artificiais. As doenças cardiovasculares, respiratórias crônicas, diabetes e câncer respondem por 74% dos óbitos sendo a primeira causa de morte no Brasil. Décadas demonstram evidências que muitas das doenças crônicas são evitáveis através do estilo de vida como câncer, diabetes tipo dois e doenças cardiovascular. Os fatores de risco de DCNT podem ter início precoce, promover prevenção e campanhas de saúde é essenciais para prolongar a mortalidade. Estilo de vida saudável pode prevenir diversos tipos de doenças. A intervenção dietética previne e controla fatores de risco modificáveis como a dislipidemia, intolerância a glicose, hipertensão e obesidade. O tratamento nutricional tem papel fundamental no tratamento e prevenção de doenças como dislipidemia, obesidade, diabetes, hipertensão e síndrome metabólica. Após análise de todos os dados coletados o resultado apresentado foram: 128 pacientes atendidos no período de 01/05/17 a 02/03/18. As três maiores incidências de doenças atendidas nesse período foram 28,67% deles apresentaram diagnóstico de hipertensão arterial sendo a doença com maior incidência atendida nesse período, 20,98% apresentam diagnóstico de diabetes mellitus tipo 2 e 18,18% apresentam diagnóstico de dislipidemia. As doenças de menores incidências tiveram 0,23% que foram: hipertireoidismo, câncer, hérnia, esofagite, talassemia, hepatomegalia. Os maus hábitos alimentares e o consumo excessivo em muitos dos casos favorece a causa de tais patologias, passar pelo atendimento na clínica de nutrição favorece muito a recuperação e manutenção do estado nutricional do paciente melhorando a qualidade de vida e aumentando longevidade.

Palavras- chave: Doenças. Nutrição. Clínica.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

LEVANTAMENTO DE RECÉM-NASCIDOS BAIXO PESO AO NASCER DO HOSPITAL MATERNIDADE DA SANTA CASA E HOSPITAL REGIONAL DO MUNICÍPIO DE ASSIS – SP

TEIXEIRA, Nathália de Andrade*; FRAZÃO, Francielle Fernandes*; ARRUDA, Camila Maria de**.

Sabe-se que um dos fatores agravantes do índice de mortalidade infantil é o baixo peso ao nascer. Em todo o mundo nascem por ano cerca de 20 milhões de bebês pré-termo e baixo peso, e um terço morre antes de completar um ano de vida. Segundo dados do Ministério da Saúde, no Brasil a primeira causa de mortalidade infantil são as afecções perinatais como problemas respiratórios, asfixia ao nascer e infecções, mais comuns em bebês pré-termo e baixo peso. O baixo peso ao nascer consiste em o primeiro peso aferido preferencialmente na primeira hora de vida do bebê, estando abaixo de 2.500g. Recém-nascidos de baixo peso podem apresentar prematuridade e/ou retardo do crescimento intrauterino (RCIU), sendo que os recém-nascidos pré-termos são associados mais frequentemente a fatores biológicos maternos e o RCIU, a fatores socioeconômicos. Estudos revelam que o baixo peso ao nascer pode causar: risco aumentado de morte por doenças cardiovasculares, hipertensão, diabetes, obesidade e saúde mental na idade adulta e maior morbidade com comprometimento na estatura e déficit nutricional. Os partos prematuros podem acontecer por consequência de hipertensão arterial materna, disfunções intrauterinas, trabalho de parto pesado, partos múltiplos, infecções genitais e pré-natal com assistência inadequada. Diversas mudanças fisiológicas e hormonais acontecem durante o período gestacional, mudanças essas que podem contribuir para um estado nutricional inadequado da mãe, prejudicando assim o desenvolvimento saudável do feto ocasionando quadro de baixo peso ao nascer. A melhor maneira de se prevenir o baixo peso ao nascer, assim como outras complicações, deve ser um acompanhamento pré-natal efetivo, que possibilite identificar os riscos a tempo de propor estratégias para contornar a situação. Realizar um levantamento sobre o número de recém-nascidos com baixo peso ao nascer, atendidos pelo Sistema Único de Saúde do Hospital Regional e do Hospital Maternidade da Santa Casa do município de Assis. A coleta dos dados foi realizada por consulta aos livros de registro do Projeto Germinar da Secretaria Municipal de Saúde de Assis. Foram coletados dados (peso ao nascer, idade gestacional, gênero e idade da mãe) de todos os recém-nascidos do mês de Janeiro e Fevereiro do ano corrente de 2018. Esses dados foram colocados em planilha do excel para análise descritiva. Durante o mês de Janeiro e Fevereiro, foram registrados o total de 147 partos realizados no Hospital Maternidade da Santa Casa e do Hospital Regional, sendo que 9,52% dessas crianças nasceram com baixo peso. Dentre as crianças que nasceram prematuras com idade gestacional menor que 38 semanas, 39,3% nasceram com baixo peso, 78,6% provenientes de partos cesarianas, 7% das mães eram menores de 18 anos e 21,4% acima de 35 anos de idade. De frente ao resultado deste trabalho, constata-se que o índice de porcentagem dos nascidos com baixo peso na cidade de Assis, tanto no Hospital Maternidade e Hospital Regional, está infelizmente de acordo com o índice em todo o país, como consta no levantamento realizado pelo Ministério da Saúde. Isso é reflexo de alguns fatores que predispõem este quadro. Sendo assim, fica evidente a importância de trabalhos de conscientização das mulheres sobre cuidados nutricionais e clínicos necessários durante a gestação.

Palavras-chaves: Recém-nascido. Baixo peso ao nascer. Pré-natal. Prematuridade.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

A INTERNET COMO FERRAMENTA NA EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL

SCIOLI, Aline Saraiva Segatelli*, CASTANHA, Ana Paula Martins*, GAYARDO, Diana Paula Mendes*, SILVA, Giovani Augusto da* CUSTÓDIO, Karine de Assunção*, MOLINI, Maria Eduarda Gonzales*, DETREGIACHI, Cláudia Rucco Penteado**.

O processo educativo relacionado a nutrição e alimentação, é o meio pelo qual se obtém conhecimento, mudanças nos hábitos relacionados a alimentação e adoção de boas práticas alimentares para a promoção da saúde. As redes sociais são populares em todo mundo, e no Brasil, o Instagram e o facebook se destacam com publicações sobre alimentação e nutrição. Diariamente são compartilhados milhões de posts voltados para promover a prática de hábitos alimentares saudáveis. Assim o objetivo deste trabalho é apresentar a internet como uma ferramenta de educação alimentar e nutricional passível de ser usada por profissionais que desenvolvem esse processo, sem fugir do princípio da ciência da nutrição. Por meio de um estudo aplicado foi realizada uma pesquisa bibliográfica básica e exploratória na qual foi analisado quantitativamente seis perfis de três grandes grupos que se destacam no momento na área da nutrição no Facebook e no Instagram que são um grupo de nutricionistas Nutris do Bem, formado por um grupo de nutricionista, DietSmart, que é um aplicativo desenvolvido para os nutricionistas, e Ideias na Mesa, que é uma iniciativa da Coordenação Geral de Educação Alimentar e Nutricional do Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome (CGEAN/MDS) e do Observatório de Políticas de Segurança Alimentar e Nutrição – Universidade de Brasília (OPSAN/UnB). Até o presente momento foi verificado o número de seguidores e publicações de cada grupo, sendo de 134 mil seguidores no Instagram e 15.353 mil seguidores no Facebook do DietSmart, com 351 publicações; 3.998 seguidores no Instagram e 31.502 seguidores no Facebook tendo o total de publicações de 320 da plataforma Ideias na Mesa; e no Nutris do Bem o número de seguidores chega a 50,5 mil no Instagram com 1946 publicações no Instagram e 3988 seguidores no Instagram. Frente a esses números vê-se que uma grande parcela de pessoas usarem a internet como ferramenta de educação alimentar e nutricional o que mostra a importância dessa veicular posts de elevada qualidade técnico-científica. Para, tal sugere que tais grupos tenham como princípio a regulação das informações veiculadas.

Palavras-chaves: Avaliação. Educação alimentar e nutricional. Internet

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

EDULCORANTES: valores de referência e sua aplicabilidade

BAVARESCO, Iago Uetanabara^{*}; MARCONATO, Mara Silvia Foratto²; DETREGIACHI, Cláudia Rucco Penteadó^{**}.

Nas últimas décadas os adoçantes sem calorias estão sendo usados como forma de substituir o açúcar de forma parcial ou total em alimentos ou bebidas. Como forma de alternativa, os adoçantes ou edulcorantes são aditivos alimentares capazes de conferir sabor doce aos alimentos, alternativa usada para atender as necessidades de indivíduos que buscam objetivos específicos como redução de ingestão calórica, controle e manutenção de peso corporal, redução do consumo de açúcar para diabéticos, evitar cárie dentária e estabelecer um equilíbrio energético ideal. Porém, devemos nos atentar ao risco de danos à saúde que oferece o consumo de qualquer substância de forma indiscriminada. Atualmente no Brasil os edulcorantes não nutritivos liberados pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) são a sacarina sódica, aspartame, acessulfame de potássio, sucralose, neotame, estévia e ciclamato. Esses também são aprovados pela *Food and Drug Administration* (FDA), com exceção apenas do ciclamato. Diante do consumo frequente dos edulcorantes na população, este estudo se propôs a levantar as recomendações de limites no consumo desses e a aplicação dessas na prática diária pelos seus consumidores. Para tal foi realizado um levantamento na ANVISA para reconhecer a ingestão diária aceitável (IDA) dos edulcorantes não nutritivos aprovados. Após o reconhecimento da IDA, foi realizado contato com as empresas produtoras de diferentes marcas de adoçantes disponíveis no mercado na busca de encontrar a concentração de edulcorantes nesses, visto que tal informação não está disponível no rótulo. A IDA estabelecida ANVISA, define o limite de consumo para cada edulcorante, incluindo sacarina sódica (15 mg por Kg de peso corporal/dia), aspartame (50 mg por Kg de peso corporal/dia), acessulfame de potássio (15 mg por Kg de peso corporal/dia), sucralose (5 mg por Kg de peso corporal/dia), neotame (0,3 mg por Kg de peso corporal/dia), estévia (4 mg por Kg de peso corporal/dia) e ciclamato (11 mg por Kg de peso corporal/dia). O contato com as empresas resultou em negação dessa informação por uma delas alegando ser informação confidencial enquanto as demais solicitaram envio da solicitação por meio eletrônico (e-mail) e que resultou em ausência de resposta até a finalização desse estudo. Em conclusão, ficam os questionamentos: “de que vale o estabelecimento da IDA se o consumidor não sabe quanto tem do edulcorante no produto em uso?” e “como colocar a IDA em prática?”. Considerando que o consumidor tem direito a saber o que está consumindo, esse estudo faz brotar a necessidade das empresas que produzem adoçantes veicular no rótulo a concentração do edulcorante empregado no referido produto, bem como as agências reguladoras como a ANVISA de tornar isso uma exigência.

Palavras-chave: Edulcorantes. Ingestão. Recomendação.

^{*} Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

^{**} Docente da Universidade de Marília

BENEFÍCIOS DAS PLANTAS MEDICINAIS UTILIZADAS PELA POPULAÇÃO NA FORMA DE CHÁS PARA O TRATAMENTO DE DOENÇAS

GOES, Simone Maria*; MARCONATO, Mara Silvia Foratto*; DETREGIACHI, Cláudia Rucco Penteado**.

As plantas são uma das formas mais antigas que a população de várias regiões e culturas utilizam para fins medicinais, para tratamento e cura de doenças. O uso das plantas medicinais começou com a própria história do homem, e no Brasil seu uso está muito ligado à cultura indígena. Elas são consideradas terapia complementar ou alternativa em saúde e seu uso tem sido crescente. A fitoterapia utiliza-se das diversas partes das plantas, como raízes, cascas, folhas, frutos e sementes, de acordo com a erva em questão. Há também diferentes formas de preparação destas plantas, sendo o chá a mais utilizada, preparado por meio da decocção ou infusão, quando são liberados os seus princípios terapêuticos. Na decocção a planta a ser utilizada é fervida junto a água, enquanto que na infusão a água é fervida sozinha e depois colocada sobre a planta. Assim, o objetivo do presente trabalho é elaborar material educativo que mostra benefícios do uso das plantas medicinais na forma de chá para o tratamento de doenças. A pesquisa foi realizada a partir do levantamento no banco de dados *Scielo*, utilizando os descritores “chá”, “fitoterapia” e “plantas medicinais”. O período de publicação buscado foi de 2000 a 2018 e o idioma de redação em português. Do levantamento realizado foram selecionados aqueles que abordavam sobre o uso de plantas medicinais na forma de chás. Nesse levantamento foram encontrados 12 artigos, nos quais as plantas encontradas com recomendação de uso na forma de chá foram alecrim, hortelã, boldo, camomila, chá verde, chá preto. Os benefícios atribuídos à planta alecrim foi calmante e tônico para o coração; à planta hortelã foi o uso como calmante, combate a cólica em crianças e vermífugo, apresentando ainda propriedades antiespasmódicas e podendo ser empregada nos casos de flatulência, icterícia, vômitos e cólicas uterinas. À planta boldo foi atribuído o benefício de ser utilizada para má digestão, distúrbios hepáticos, manifestações reumáticas e inflamações do trato urinário; à Camomila a ação antiespasmódica, calmante e atenuante da eructação. Ao chás verde e preto foram atribuídos os benefícios diurético, adstringente, antioxidante, para astenia física e psíquica, tratamento de diarreia, asma, prevenção de arterioesclerose e anticâncer. Esse levantamento permite verificar a utilidade do uso de diferentes plantas medicinais como um complemento no tratamento de doenças, contribuindo para a prevenção e melhora, trazendo grandes benefícios à saúde da população.

Palavras-chave: Fitoterapia. Chá. Plantas medicinais.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

ESTADO NUTRICIONAL DE CRIANÇAS DE ESCOLA PÚBLICA DE UM MUNICÍPIO DO INTERIOR PAULISTA

PERFEITO, Alessandra* ; MILLER, Tânia Correa** .

A obesidade é uma doença crônica, caracterizada por um acúmulo de gordura corporal, que desencadeia prejuízos à saúde. Ela deixou de ser um problema com uma proporção maior em adultos e passou a ser também uma disfunção infantil. Pessoas obesas, particularmente crianças e adolescentes, frequentemente apresentam baixa autoestima, afetando o desempenho escolar. Esse estudo teve como objetivo avaliar o estado nutricional de crianças por meio de avaliação antropométrica. Participaram do estudo escolares com faixa etária entre 7 e 11 anos, regularmente matriculadas em uma Escola Pública do Município de Vera Cruz/SP. Após o consentimento dos responsáveis, foram coletados os seguintes dados: data de nascimento, peso, estatura e circunferência abdominal. Para a análise dos dados, foi utilizada a Curva de Crescimento da Organização Mundial da Saúde (OMS), com o auxílio do software WHO Anthro Plus, que possui indicadores do estado nutricional expressos em escores z. De acordo com os resultados, 77,9% dos escolares foram classificados como eutróficos, 19,47% com sobrepeso/obesidade e 2,63% foram classificados com desnutrição segundo o IMC para Idade. Entre as crianças, 2,63% apresentaram um déficit de estatura e 97,97% estavam com a estatura adequada de acordo com a idade. Quanto à circunferência da cintura, 46,84%, apresentaram perímetro da cintura elevado, sendo associado ao risco de desenvolver doenças cardiovasculares. Torna-se notório, a necessidade de intervenções que colaborem com a melhoria do estado nutricional dos alunos. É imprescindível que o espaço escolar sirva como propagador de conhecimentos e ações que desenvolvam hábitos alimentares saudáveis. Palavras-chave: Obesidade infantil. Avaliação Nutricional. Alimentação Escolar.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

AVALIAÇÃO DO CONSUMO ALIMENTAR DE ADULTOS E IDOSOS ATRAVÉS DO QUESTIONÁRIO DO SISVAN

SANTOS, Amanda Carolina da Costa*; SILVA, Cristina*; ZANOLO, Vinicius Seixas*; ARRUDA, Camila Maria de**.

A avaliação do consumo alimentar se tornou um valioso instrumento ultimamente para a análise do estado de saúde da população Brasileira e prevenção de doenças crônicas não transmissíveis, com a avaliação do consumo alimentar fica bem esclarecido que a qualidade da dieta e alimentos que contém nela tem papel importante na ocorrência de agravos a saúde (Willet ; 1998,Coletiva; 2004). Porém, permite acompanhar o perfil de consumo da população e fornecer subsídios para o governo analisar algum projeto ou programa específico de saúde adequados, para grupos de população, de acordo com a caracterização de risco (Saúde, et al). A avaliação do consumo de alimentos exige metodologia padronizada, com o uso de instrumentos válidos e confiáveis como por exemplo o Sisvan. Para, estudos simplificados sobre a estimativa do consumo alimentar são necessários métodos seguros e com procedências verdadeira para permitir um análise dietético mais adequado às particularidades do comportamento alimentar dos indivíduos e de populações Willet (1998). Com esses instrumentos é possível analisar os tipos de dietas que as pessoas seguem, uma saudável com alimentos naturais ou industrializados. Esses alimentos são classificados como ultra processados pois contém muitos corantes, aromatizantes, sódios, muitos alimentos ricos em gorduras para sua conservações. Esses produtos são os principais alimentos responsáveis pelo aumento da obesidade e doenças crônicas no Brasil e no mundo. Analisar o consumo alimentar de adultos e idosos. Foi aplicado o questionário do SISVAN em pacientes das Unidades de Saúde da Família referente ao seu consumo alimentar. Foram estudados 42 pacientes, dos 36 adultos 63% consumiam alimentos in natura e 36% alimentos industrializados. Da população idosa, foram 6 pacientes, onde 83% deles consumiam em maior parte alimentos in natura e apenas 16% deles alimentos industrializados. A maioria dos indivíduos adultos e demonstram possuir um consumo alimentar bem diversificado em relação aos alimentos in natura, consumindo moderadamente os alimentos industrializados. Palavras-chave: Alimentos in natura, alimentos industrializados, SISVAN.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

SELETIVIDADE ALIMENTAR NA INFÂNCIA

SILVA, Bruno Benedito Ciano*; SANTOS, Clara Tainá Coelho*; MARCONATO, Mara Silvia Foratto **; ARRUDA, Camila Maria**.

Comportamentos alimentares desenvolvidos na primeira infância podem permanecer ao decorrer da vida onde serão mais difíceis de serem corrigidos, esses comportamentos também podem ser incluídos ao conceito de seletividade alimentar, expressada por um consumo alimentar limitado e resistente a ingestão de novos alimentos. A ciência que estuda o comportamento alimentar tem papel primordial na prevenção e tratamento de doenças crônicas que tem forte relação a hábitos alimentares irregulares, sendo a obesidade um dos principais problemas nutricionais relacionados. Os pais ou cuidadores são os principais responsáveis pela construção dos hábitos alimentares das crianças onde a família exerce influência decisiva no autocontrole da ingestão e na formação de padrão de comportamento alimentar adequado ou não. Para ajudar na interpretação dos diferentes aspectos da dificuldade alimentar foi sugerido por Kerznerum método de classificação baseada em sete perfis apresentados por crianças como essa seletividade. Alguns relatos dizem que a dificuldade alimentar pode estar associada ao tempo reduzido de aleitamento materno em conjunto com a introdução alimentar complementar incorreta. O presente estudo tem como finalidade revisar bibliografias que disponha sobre o assunto de seletividade alimentar infantil com intuito de reforçar os achados científicos e ampliar o campo de pesquisa que faz relação ao tema há quem busca informação neste. É uma pesquisa de caráter secundário, bibliográfico, transversal e descritivo, com direcionalidade temporal retrospectivo e de abordagem qualitativa de modo que para tal estudo foi feita uma revisão de referências bibliográficas cujo os temas relacionados dizem respeito a seletividade alimentar infantil e espera-se que o estudo possa contribuir e reforçar com os achados científicos, assim ampliar o campo de busca por orientação sobre seletividade alimentar infantil.

Palavras-chave: Seletividade alimentar. Primeira infância. Aceitabilidade.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

PAPEL DA VITAMINA D NO TRATAMENTO E PREVENÇÃO DE DOENÇAS NEURODEGENERATIVAS: ALZHEIMER E PARKINSON

OLIVEIRA, Aline Fernanda de Souza^{*}; REZENDE, Carolina Augusto^{*}; CAMARGO, Francine Cruz de^{*}; PELEGRINI, Mariana Cardozo de Souza¹; CAYRES, Silvia Helena de Oliveira Silva¹; QUESADA, Karina^{**}.

A vitamina D vem sendo estudada a fim de entender o seu papel na função cognitiva e prevenção das doenças neurodegenerativas como Doença de Alzheimer e Parkinson, que afetam comumente idosos. Em idosos existe a diminuição da ingestão de alimentos fonte de vitamina D e redução da síntese cutânea e a deficiência dessa vitamina vem sendo relacionada ao comprometimento cognitivo leve e demência em testes de função cognitiva por alguns estudos transversais e prospectivos. O objetivo desta revisão é estabelecer se há influência do nível sérico de vitamina D com a presença de doenças neurodegenerativas, como a Doença de Alzheimer e a Doença de Parkinson, e se a sua suplementação apresenta melhoras no quadro das doenças. Para este fim, foram selecionados 10 artigos da base de dados MEDLINE através do portal de busca PubMed, publicados entre 2013 e 2017. Os artigos foram identificados a partir da busca de termos pré-estabelecidos *vitamin D cognitive*, *vitamin D Parkinson* e *vitamin D Alzheimer*, todos estes, com foco no estudo da vitamina D na preservação da função cognitiva ou prevenção de doenças neurodegenerativas como Doença de Alzheimer e Doença de Parkinson. Os resultados baseados nesses artigos demonstram opiniões divergentes tanto quanto a influência dos níveis séricos vitamina D em pacientes com doenças neurodegenerativas quanto a suplementação desta vitamina na progressão das patologias. Enquanto alguns estudos sugerem que o aumento dos níveis séricos de vitamina D diminuem a probabilidade de desenvolvimento das doenças neurodegenerativas, outros não encontram essa associação. Em um estudo de aproximadamente 17 anos, Shrestha et al. (2016) acompanharam um grupo de pessoas para observar a influência da vitamina D no desenvolvimento da doença de Parkinson e, de 12.762 participantes, os 67 que desenvolveram Parkinson tiveram concentrações de vitamina D sérica parecidas com os que não desenvolveram. Apenas 6,9% dos pacientes com doença de Parkinson tinham níveis de calcitriol abaixo de 30 ng/ mL. Já, segundo Moretti et al (2017), durante o estudo de pacientes com Alzheimer e pacientes com demência vascular subcortical, o aumento da vitamina D diminuiu a probabilidade de demência no grupo com Doença de Alzheimer, demonstrando que, no aumento dos níveis de vitamina D, as probabilidades de ter a doença diminuíram em 18%. Sendo assim, apesar das limitações e diferentes metodologias aplicadas em cada estudo, a maioria dos autores não encontrou relação entre a vitamina D e as doenças neurodegenerativas e não foi possível defender a hipótese que a Vitamina D possa ser suplementada com a finalidade de tratamento e prevenção de doenças neurodegenerativas. Para estudos mais conclusivos, é necessário também estudar o tempo de exposição à luz solar como medida para avaliar os efeitos sobre o calcitriol.

Palavras-chave: Doença de Alzheimer. Doença de Parkinson. Neurodegenerativa. Vitamina D.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

INCIDÊNCIA DE DIABETES MELLITUS EM PACIENTES DO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE ATENDIDOS NA CLÍNICA DE NUTRIÇÃO DA UNIVERSIDADE DE MARÍLIA

GOES, Simone Maria* ; VIEIRA, Gabriela da Silva*; MARCONATO, Mara Silvia Foratto** ; DETREGIACHI, Cláudia Rucco Penteadó**.

Atualmente existem mais de 13 milhões de pessoas no Brasil com diagnóstico de diabetes, ou seja, 6,9 % da população é portadora dessa doença. Diabetes Mellitus é uma doença crônica, no qual o indivíduo tem uma hiperglicemia, essa hiperglicemia é resultado de defeito na ação da insulina ou por falta dela. Existem quatro tipos de Diabetes Mellitus, Diabetes Tipo 1, Diabetes Tipo 2, Diabetes Gestacional e Pré-Diabetes. Diabetes tipo 1 é uma doença autoimune que ocorre quando o pâncreas para de produzir insulina, as células betas são destruídas, a glicose que deveria ser usada como energia fica no sangue, levando a uma hiperglicemia. Diabetes tipo 2 ocorre quando o pâncreas não consegue produzir a quantidade necessária de insulina ou quando a insulina não consegue exercer sua função. Durante a gravidez as mulheres passam por uma mudança hormonal, o pâncreas conseqüentemente passa a produzir mais insulina, e em algumas mulheres isso não acontece, e elas acabam desenvolvendo diabetes Gestacional. Pré-diabetes é um termo usado quando os níveis de glicose no sangue estão acima do ideal (100 mg/dl), e abaixo do nível usado para o diagnóstico de diabetes tipo 2 (entre 100 a 125 mg/dl). Objetivo desse trabalho foi avaliar a incidência de Diabetes Mellitus entre os pacientes do sistema único de saúde atendidos na Clínica de Nutrição do Universidade de Marília. Foi realizado o levantamento de dados através de consulta aos prontuários dos pacientes que passaram em consulta no período de novembro de 2017 à maio de 2018. O número de participantes foi 87 pacientes, sendo 78% do sexo feminino e 22% masculino. O diagnóstico de Diabetes Mellitus esteve presente em 43% das mulheres e 43% dos homens atendidos nesse período. Esses dados indicam a elevada incidência de Diabetes Mellitus entre os pacientes, o que aponta para a necessidade do preparo dos acadêmicos que realizam o atendimento para a abordagem nutricional dessa doença crônica.

Palavras-chave: Diabetes Mellitus. Nutrição. SUS.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

A INCIDÊNCIA DE DOENÇAS EM PACIENTES ACAMADOS

FERREIRA, Fernando César da Silva*, RAVAGNANI, Juliana Rocha*, SOUZA, Otávio Henrique Moreira Aronne*, ARRUDA, Camila Maria**.

Devido ao aumento da expectativa de vida e à redução da fecundidade a população brasileira tem envelhecido cada vez mais. Com o aumento do número de idosos no país, notou-se uma maior incidência de doenças crônicas não transmissíveis na população. Somados o envelhecimento e a presença destas doenças, grande parte destes pacientes encontram-se acamados. É importante que o paciente acamado receba os cuidados necessários para sua melhora ou estabilização, sendo de grande peso tentar evitar ao máximo que este tenha seu quadro piorado ou tenha sua qualidade de vida reduzida, tornando-se dependente de terceiros ou incapaz de realizar atividades básicas diárias. O objetivo desse estudo é promover informação sobre pacientes acamados e as patologias mais comumente relacionadas. Foi realizada uma pesquisa bibliográfica de artigos científicos que abordaram o assunto sobre a incidência de doenças em pacientes acamados. Foram utilizadas as palavras-chave acamado, idoso, doenças crônicas, sonda sendo consultadas as bases de dados Scielo, Pubmed e Bireme e foram considerados tanto artigos em inglês quanto em português sobre o tema. A pesquisa foi realizada no mês de abril de 2018. É uma pesquisa secundária, transversal e bibliográfica. Pacientes acamados precisam de maior atenção e dependem do cuidado de terceiros, que deve ser realizado por profissionais experientes. A principal alternativa é tentar, por meio de uma alimentação adequada melhorar o quadro do paciente e proporcionar a ele uma melhoria na qualidade de vida.

Palavras-chave: Acamado. Idoso. Doenças crônicas. Sonda.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

OMEGA 3 NO PROCESSO DE CICATRIZAÇÃO

COSTA, Ana Laura*, RAVAGNANI, Juliana Rocha*, SOUZA, Otávio Henrique Moreira Aronne*, QUESADA, Karina**.

Estudos relatam a importância da suplementação em pacientes para que ocorra uma melhora significativa no processo de cicatrização. Seu uso está associado diretamente à melhora do sistema imunológico, de forma a acelerar a resposta inflamatória e a cicatrização, permitindo uma reparação tecidual mais rápida e eficiente. Por ser um assunto recente, ainda deve-se analisar mais profundamente e a longo prazo estes fatores. Sendo assim, este trabalho tem como objetivo fazer uma análise de literatura sobre a utilização deste ácido graxo poliinsaturado no auxílio da cicatrização. Foi realizada uma pesquisa bibliográfica de artigos científicos que abordaram o assunto sobre o uso de suplementação de ômega 3 no processo de cicatrização. Foram utilizadas as palavras-chave cicatrização, ômega 3, ácido graxo essencial sendo consultadas as bases de dados Scielo, Pubmed e Bireme e foram considerados tanto artigos em inglês quanto em português sobre o tema. A pesquisa foi realizada no mês de abril de 2018. É uma pesquisa secundária, transversal e bibliográfica. Segundo (DECLAIR, 1994) os AGEs têm importante papel no transporte, metabolismo das gorduras, na manutenção da função e integridades estrutural das membranas celulares. Segundo (SINGER, 1999) A cicatrização de feridas é processo complexo que envolve a organização de células, sinais químicos e matriz extracelular com o objetivo de reparar o tecido. Conclui-se que o ômega 3 é importante na cicatrização e reparação tecidual a partir de estudos e análises realizadas. Porém, ainda é necessário a realização de mais estudos para que se avalie os casos a longo prazo e determine a quantidade adequada a cada paciente. Palavras-chave: Ácido graxo poliinsaturado. Cicatrização. Ômega 3.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

PREVALÊNCIA DE SÍNDROME METABÓLICA EM PACIENTES DO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE ATENDIDOS NUMA CLÍNICA ESCOLA

MULATO, Deisiane de Cássia*; MORIS, Mirela*; MARCONATO, Mara Silvia Foratto**;
DETREGIACHI, Cláudia Rucco Penteadó**.

A Síndrome Metabólica (SM) é um transtorno complexo representado por um conjunto de fatores de risco cardiovasculares usualmente relacionados à deposição central de gordura e à resistência à insulina. Essa síndrome contribui diretamente para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares (DCV) e para o aparecimento do Diabetes Mellitus tipo 2 (DM2), além disso, ela aumenta o risco de morte prematura, doença renal, doença mental e de câncer, representando, desse modo, um sério problema de saúde pública da atualidade. Na presente pesquisa, optou-se por considerar o critério da *International Diabetes Federation* (IDF) (2006). Segundo esse critério, a SM deve ter como características a combinação de 1 ou mais 2 dos seguintes parâmetros: Circunferência Abdominal (> 94 cm para homens e > 80 cm para mulheres), HDL (< 40 mg/dl para homens e < 50 mg/dl para mulheres ou paciente em uso de antilipêmico), TG (≥ 150 mg/dl ou uso de medicação para dislipidemia), PA (Sistólica ≥ 130 mmHg e Diastólica ≥ 85 mmHg ou paciente em uso de anti-hipertensivo) e Glicemia (> 100 mg/dl ou paciente com diagnóstico de DM2). Esta pesquisa tem como objetivo identificar, a prevalência da SM e de seus componentes em uma população de pacientes do Sistema Único de Saúde (SUS). A população de estudo foi composta por adultos maiores de 18 anos, de ambos os sexos, que foram atendidos na Clínica de Nutrição da Universidade de Marília, pelo Sistema Único de Saúde. Para coleta de dados foram analisados os prontuários destes pacientes, contemplando aspectos antropométricos e clínicos (IMC e diagnóstico de IMC). Sendo coletados também, os dados referentes a análise da SM (triglicérides, pressão arterial, glicemia de jejum, circunferência abdominal e HDL-C sanguíneo). A população de estudo foi composta por 52 indivíduos, de ambos os sexos, sendo 38 (73%) do sexo feminino e 14 (27%) do sexo masculino. Este levantamento mostrou que com base no critério da IDF (2006), a SM esteve presente em 34 indivíduos (65,38%). Foi observado que a SM esteve mais prevalente entre as mulheres (68,43%) do que entre os homens (57,14%). Conclui-se que a prevalência da SM é elevada, em especial entre as mulheres. Apesar das informações disponíveis apontarem para a importância do tema, é imprescindível que novas pesquisas sejam realizadas, especialmente com um número de amostra maior, para avaliar e dar robustez aos dados sobre essa população. Além disso, elucidar fatores relacionados ao desenvolvimento da SM torna-se necessário para a aplicação de intervenções futuras. Destaca-se a importância de acompanhamento individualizado ou em grupos terapêuticos oferecidos nas unidades de saúde, focando a prevenção do aparecimento de mais comorbidades que comprometam a saúde e a qualidade de vida dessa população.

Palavras-chave: Síndrome Metabólica. Prevalência. Sistema Único de Saúde.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

ÍNDICE DE DISLIPIDEMIAS EM PACIENTES ATENDIDOS NUMA CLÍNICA DE NUTRIÇÃO

CRUZ, Rafaela Souza^{*}; MOREIRA, Isabella Fernanda de Oliveira^{*}; MARCONATO, Mara Silvia Foratto^{**}; DETREGIACHI, Cláudia Rucco Pentead^{**}.

A dislipidemia é definida por alteração dos níveis séricos de lipídios, sendo um fator de risco importante para episódios de doenças cardiovasculares. Para prevenir eventos cardiovasculares é proposto e recomendado tratamentos medicamentoso e não medicamentoso, incluindo mudança no estilo de vida. Os lipídios sanguíneos são correlacionados aos hábitos alimentares, como ingestão em excesso de gorduras e carboidratos, além de bebidas alcoólicas e o hábito de não praticar exercícios físicos. Além do que, a idade e o índice de massa corpórea também atuam nas taxas de lipídios no sangue. Os hipolipemiantes, que compõem o tratamento medicamentoso, devem ser utilizados apenas quando não houver efeito positivo no tratamento não medicamentoso ou quando não há tempo suficiente de aguardar seus efeitos. As dislipidemias são identificadas fenotipicamente ou genotipicamente. Quando é a genotípica ocorre a mutação dos genes, e quando há a fenotípica é necessário a análise de dados bioquímicos examinando os valores do colesterol total (CT), LDL-C, HDL-C e triglicérides (TG). O presente trabalho tem como objetivo identificar o índice de dislipidemia fenotípica, em termos de frequência e tipo, entre os pacientes de primeira consulta atendidos na Clínica de Nutrição da Universidade de Marília. Os dados foram coletados nos prontuários dos pacientes atendidos no período de agosto de 2017 a fevereiro de 2018. Os dados utilizados foram idade, sexo, presença ou não de diagnóstico de dislipidemia e, quando presente, qual o tipo de dislipidemia. Após o levantamento de dados, esses foram tabulados no programa Microsoft Excel[®] para posterior análise os resultados e elaboração de gráficos. Foram levantando dados em prontuários de 224 pacientes, com predominância do sexo feminino (54%) sobre o masculino (46%). Do total de pacientes atendidos, 27,6% possuíam diagnóstico de dislipidemia, sendo mais evidente entre as mulheres (18,3%) do que nos homens (9,3%). O tipo de dislipidemia que predominou foi a mista correspondendo a 54,3% dos casos. Em relação à idade o maior índice de dislipidemia foi encontrado nos pacientes com a idade entre 41 a 70 anos. Esses resultados mostram que, de fato, a dislipidemia é uma doença de elevada ocorrência e que para o adequado tratamento e evolução dos pacientes faz-se necessária uma adequada abordagem nutricional assim como o acompanhamento por uma equipe multiprofissional para redução dos riscos cardiovasculares e melhora na qualidade de vida.

Palavras-chave: Dislipidemia. Doenças Cardiovasculares. Nutrição.

^{*} Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

^{**} Docente da Universidade de Marília

PREVALÊNCIA DE CONSUMO DE TEMPEROS ULTRAPROCESSADOS ENTRE HIPERTENSOS

SANTINI, Frederico Jangarelli*; DE ARRUDA, Camila Maria**; MARTINS, Sabrina Domingas Pelosi***

A hipertensão arterial sistêmica (HAS) é uma doença crônica não transmissível, enquadrada no grupo de doenças cardiovasculares, a mesma, é considerada um problema de saúde pública, por sua magnitude, risco e dificuldade de controle. Identificar o consumo de temperos ultraprocessados por pacientes portadores de hipertensão arterial sistêmica que realizam tratamento no centro de especialidades do Centro de Saúde de Palmital – SP. Fizeram parte do trabalho 24 pacientes entre homens e mulheres com diagnóstico de hipertensão arterial sistêmica, os 24 pacientes em sua totalidade fazem uso de anti-hipertensivos regularmente e são atendidos no Centro de Saúde de Palmital – SP. Foi realizado inquérito alimentar pela nutricionista e a aferição da pressão arterial pelos profissionais de enfermagem do centro de saúde. Foram questionados 24 pacientes, 20 do sexo feminino e 4 do sexo masculino. Quanto ao consumo de temperos industrializados, 10% do sexo feminino e 25% do sexo masculino não tinham conhecimento quanto aos ingredientes e faziam uso discriminados. Entre as mulheres 20% faziam uso dos temperos ultraprocessados mesmo sabendo da qualidade dos ingredientes. Os demais pacientes faziam uso de temperos caseiros (alho, cebola, cheiro verde, etc.). Os temperos industrializados são práticos e rápidos em sua utilização, sendo um dos alimentos mais consumidos pelos brasileiros. À primeira vista as embalagens desses produtos parecem tratar-se de produtos naturais, mas ao verificarmos o rótulo, notamos que são ricos em sódio, podendo causar reações adversas prejudiciais à saúde.

Palavras-chave: Hipertensão. Ultraprocessados. Temperos. Industrializados.

* Estagiário de Nutrição em Saúde Pública, Universidade de Marília

** Docente da Universidade de Marília

*** Nutricionista Supervisora do Centro de Saúde de Palmital – SP

DEFICIÊNCIA DE FERRO E VITAMINA B12 EM INDIVÍDUOS VEGETARIANOS

DUARTE, Marcus Vinicius Batista*; NETO, Osvaldo Vieira Gomes*; MARCONATO, Mara Silvia Foratto**; DETREGIACHI, Cláudia Rucco Penteado**.

Em busca da escolha correta de alimentos para a dieta, acolhemos todo o tipo de argumento: racional científico, dogma religioso, intuição mística, tradição ancestral ou apenas apelo comercial. Adicionalmente, há também a justificativa da condição socioeconômica, da ética, da preservação ambiental, dos maus tratos aos animais, motivação religiosa, da conveniência pessoal, do princípio de beleza, do rejuvenescimento ou do simples hedonismo. Tudo isso justificando a prevenção de deficiências nutricionais e a promoção da saúde. Nestas circunstâncias, pesa também a própria definição de vegetarianismo encontrada na literatura, que varia da ingestão exclusiva de vegetais dos veganos até dietas mais variadas, com consumo preferencial de vegetais, porém com aceitação para alguns alimentos de origem animal, como o mel, os ovos, leite e seus derivados e até, em alguns países, os peixes e os frutos do mar. A deficiência de ferro ocorre quando as reservas nutricionais de ferro são esgotadas, principalmente devido ao balanço negativo entre ingestão e requerimentos de ferro. Quando a deficiência de ferro é severa desenvolve-se então a anemia por deficiência de ferro. Em relação a vitamina B12 as causas de deficiências podem ser classificadas em redução no consumo do nutriente; redução da absorção intestinal; complicações do metabolismo ou transporte; excreção elevada ou perdas e necessidades fisiológicas ou patológicas aumentadas. A vitamina B12 é encontrada nos alimentos de origem animal e ausentes nas frutas e vegetais. As necessidades diárias são reduzidas (0,5-2 g/dia), e por conta disso a deficiência de vitamina B12 de origem alimentar é incomum, ocorrendo geralmente em vegetarianos estritos após alguns anos sem consumir alimento de origem animal. A população de indivíduos vegetarianos apresenta crescimento importante no mundo, sendo a verificação do estado nutricional decorrente da ingestão de fontes de ferro exclusivamente não-heme e alimentos fontes de B12. Frente a tais informações, o presente estudo tem por objetivo realizar um levantamento bibliográfico referente ao estado nutricional de ferro e vitamina B12 em indivíduos vegetarianos e não vegetarianos, comparativamente. Para este levantamento foram utilizadas as bases de dado *Scielo*, *Pubmed* e *Google Scholar*, utilizando como palavras-chave “ferro”, “dieta vegetariana” e “vitamina B12”. Como limite foi estabelecido o período de 2008 a 2018. Após análise dos trabalhos foi verificado que nove deles confirmam que a deficiência de ferro é pequena em indivíduos vegetarianos, sendo esta adequação está relacionada à combinação de dietas vegetarianas planejadas adequadamente com frequente ingestão de alimentos ou suplementos ricos em vitamina C, uma vez que essa vitamina auxilia na absorção de ferro de origem vegetal, demonstrando também que ingerir ovos e laticínios regularmente pode promover uma regulação nos níveis de vitamina B12. Conclui-se que a dieta vegetariana não é, necessariamente, deficiente em nutrientes, porém, deve-se ter um cuidado maior para que a mesma possua ingestão nutricional adequada para atender a todas as necessidades do indivíduo.

Palavras-chave: Ferro. Dieta vegetariana. Vitamina B12.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

EDUCAÇÃO NUTRICIONAL PARA ESCOLARES: OFICINA DE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL EM UMA ESCOLA PRIVADA

CANHOTO, Mayara Kattleen^{*}; MILLER, Tânia Corrêa^{**}

Pela primeira vez na história do Brasil existem mais pessoas obesas do que desnutridas, devido a grande oferta de alimentos muito calóricos, principalmente dirigidos às crianças (entre 5 e 9 anos), a maioria com sobrepeso e obesa. O objetivo dessa oficina foi promover a alimentação saudável para contribuir com a formação dos alunos e ainda servir de extensão para os seus familiares. O projeto da oficina de alimentação saudável teve parceria com o professor na aula de ciências da natureza, onde o mesmo seguiu um cronograma da apostila dos alunos do 2º ano do ensino fundamental que consistiu na parte teórica. A parte prática foi realizada na cozinha didática com uma oficina com duração de 30 minutos. Foram realizadas práticas de promoção à saúde que incluíram: montagens de sanduíches naturais, com foco nas hortaliças, montados pelas próprias crianças; apresentação do preparo de salada de frutas. Foi fornecido um folheto com receitas saudáveis e demonstração da pirâmide alimentar. Os alunos interagiram na realização da prática. As escolas são espaços privilegiados para implementação de ações educativas que ajudam na formação de hábitos alimentares e estilo de vida, evitando que crianças se tornem presas fáceis da abundante oferta de alimentos atrativos, saborosos e industrializados, mas nada saudáveis. Entendemos que as oficinas de alimentação saudável nas escolas é muito importante, pois além de motivar as crianças à prática da alimentação adequada, proporciona um momento lúdico, tendo ênfase na educação alimentar.

Palavras chave- Alimentação Escolar. Educação Nutricional. Saúde.

^{*} Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

^{**} Docente da Universidade de Marília

ESTADO NUTRICIONAL DE ESCOLARES EM UMA ESCOLA MUNICIPAL

SILVA, Bruno Benedito Ciano*; SANTOS, Clara Tainá Coelho*; MARCONATO, Mara Silvia Foratto **; MILLER, Tânia Corrêa**.

A antropometria é amplamente utilizada na avaliação do estado nutricional infantil por ser um método pouco invasivo. A obesidade atualmente é o maior problema advindo de maus hábitos alimentares, seguida pela desnutrição em menor proporção. O objetivo desse estudo foi conhecer o estado nutricional de alunos de uma escola municipal. Participaram da pesquisa 224 alunos (90,7%) de 12 salas de aula dos períodos manhã e tarde da escola municipal EMEF José Bonifácio do Couto do município de Alvinlândia SP. A faixa etária dos alunos era entre 5 e 11 anos. Foram coletados dados de peso, por meio de uma balança elétrica com capacidade de 100 kg e de estatura, com a utilização de um estadiômetro portátil de aferição até 200 cm e calculado o IMC e sua classificação com a utilização do programa WHO Anthro Plus. De acordo com os resultados 131 (58,5%) foram classificados como eutróficos, 61 (27,2%) com obesidade, 21 alunos (9,4%) com risco para obesidade, 4 alunos (1,8%) com risco de baixo peso e 7 alunos (3,1%) com baixo peso. Foram enviadas informações aos pais por meio dos alunos, sobre a importância da alimentação adequada e foi realizada atividade e palestra com as crianças sobre a importância da construção de hábitos alimentares saudáveis. Conclui-se que a avaliação antropométrica é fundamental para identificar o estado nutricional e planejar estratégias de educação e tratamento nutricional, quando necessárias.

Palavras-chave: Avaliação antropométrica. Escolares. Hábitos alimentares.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

CONSUMO DE ÁGUA E PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM IDOSOS ATENDIDOS NUMA CLÍNICA ESCOLA

MULATO, Deisiane de Cássia* ; MARCONATO, Mara Silvia Foratto** ; DETREGIACHI, Cláudia Rucco Penteado**.

A água é um nutriente essencial à vida humana, sendo o principal constituinte e o mais abundante do organismo humano, desempenhando diversas funções orgânicas. A recomendação de água para homens e mulheres com idade entre 19 a 70 anos saudáveis é de 3,7 e 2,7 litros por dia, respectivamente, considerando a soma da água pura, daquela contida nas bebidas e também presente nos alimentos. Entende-se que o envelhecimento é caracterizado por diversas alterações orgânicas, como a redução do equilíbrio e da mobilidade, das capacidades fisiológicas (respiratória e circulatória) e modificações psicológicas (maior vulnerabilidade à depressão). Sendo assim, é essencial estimular a população idosa à prática de atividades físicas capazes de promover a melhoria da aptidão física relacionada à saúde. Essa prática proporciona ainda benefícios nas áreas psicofisiológicas, como o aumento/manutenção da capacidade aeróbia, da massa muscular; redução da taxa de mortalidade total; prevenção de doenças coronarianas; melhora do perfil lipídico; modificação da composição corporal em função da redução da massa gorda e risco de sarcopenia; prevenção/controle da diabetes mellitus e hipertensão arterial; redução da ocorrência de acidente vascular cerebral; prevenção primária do câncer de mama e cólon; redução da ocorrência de demência; melhora da autoestima e da autoconfiança; diminuição da ansiedade e do estresse; melhora do estado de humor e da qualidade de vida. Considerando a importância da atividade física e da adequada ingestão hídrica, este estudo tem por objetivo analisar o consumo hídrico e a prática de atividade física em uma amostra de idosos atendidos em uma clínica escola. Para coleta de dados foram analisados os prontuários destes pacientes, contemplando dados como atividade física e ingestão hídrica. A amostra de conveniência incluída nesse estudo foi composta por 86 idosos, de ambos os sexos, com idade entre 60 e 85 anos, sendo 61 do sexo feminino correspondente a 70,93% e 25 do sexo masculino correspondente a 29,06%. Esta pesquisa mostrou que 24 idosos (27,90%) ingerem menos que um litro de água por dia, outros 45 (52,32%) consomem de um a dois litros de água diariamente e 17 idosos (19,76%) ingerem mais de dois litros de água por dia. Em relação à atividade física, 22 idosos (25,58%) praticam atividade leve, 14 (16,27%) praticam atividade física moderada e 50 idosos (58,13%) não praticam nenhuma atividade física. Através deste estudo conclui-se que o consumo hídrico, ainda é diminuído. Lembrando que, em todas as fases da vida, o consumo de água é essencial, mas principalmente na terceira idade, pois o índice de desidratação é bem elevado. Também se observou que a grande maioria dos idosos não pratica nenhuma atividade física, vivendo de forma sedentária e aumentando o índice de doenças crônicas, obesidade e podendo agravar a mobilidade física, onde a tendência é de músculos mais enfraquecidos e atrofiados. Diante dessas informações, julga-se necessário investimentos em programas educativos com vistas a adequar as variáveis analisadas nesse estudo.

Palavras-chave: Água. Atividade Física. Idosos.

* Discente do curso de graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília

Índice remissivo de autores

ALBINO, Fabiane	44
ALMEIDA, Zaine Braga de	16,26
ANDREASI Jéssica Cambuí	13,46
.....	47
ANTONIO, Carina	15,33
ANTONIO, Natalia Mayara	08,21
.....	49
ANTÔNIO, Natália Mayara	08,49
APOLINÁRIO, Gleice Assis	13,24
.....	25
ARAÚJO, Renata Freitas da Cruz	44
ARRUDA, Camila Maria de 14,16	
.....	21,23
.....	26,27
.....	31,32
.....	37,43
.....	45,47
.....	49
BARBOSA, Josué de Souza.....	19,30
.....	46
BARROZO, Michella Lavagnini.....	31
BAVARESCO, Iago Uetanabara.....	09
BERGO, Laura Cantarim	47
BIANCHINI, Nágila	10
BUENO, Patrícia Cincotto dos Santos	11,18
CAMARGO, Francine Cruz	13
CANTARIM, Laura Bergo.....	10
CARVALHO, Evandro dos Santos	19,23
.....	29
CARVALHO, Evelyn Silva	08
CARVALHO, Luciana Gonçalves	45
CARVALHO, Vanessa Aparecida Michelam de Carvalho	21
CAYRES, Silvia Helena de Oliveira Silva	12,41
CEZAR, Natália Scucuglia.....	33,34
COLA, Paula Cristina.....	31
CORACINI, Daniel Meyer.....	14
CRUZ, Rafaela Souza	09,35
CURIEL, Aurélio Aparecida Silva	16,20
DE ARRUDA, Camila Maria.....	41
DETREGIACHI, Claudia Rucco Penteado	09,11
.....	13,18
.....	20,24
.....	33,48
DUARTE, Marcus Vinicius Batista	19,42
DUARTE, Marcus	38
FERNANDES, Bruna Moreira	11,22
.....	27
FERRARO, Paula Mantuaneli.....	43

FERREIRA, Fernando César da Silva.....	18,22
FORTES, Mariana da Silva Alves.....	44,45
FORTES, Mariana da Silva.....	16
FRAZAO, Francielle Fernandes.....	15
GARBIM, Daniele Paula	09,28
.....	43
GOES, Simone Maria.....	17
JUNIOR, Francisco de Agostinho.....	31
KOUZEKI, César	10
LEITE, Laura Kianny Barboza.....	14,36
.....	37
LEME, Tainá	15
LIMA, Angélica Pietra Romano.....	15,30
.....	46
LUZ, Thiago Fernando.....	27
MACHADO, Luana de Souza	10,23
.....	28
MARCONATO, Mara da Silva Foratto	10,12
.....	17,20
.....	24,33
.....	48
MARTINS, Daiane Rodrigues	26
MARTINS, Tamiris Pitana.....	18
MEIRELES, Jaqueline	10
MENEGHON, Rafaela Moreira	09,24
.....	35
MICHELAM, Vanessa.....	38,42
MICHELAN, Vanessa Aparecida	08
MILLER, Tânia Corrêa	08,17
.....	19,25
.....	29,30
.....	34,36
.....	39,40
.....	44,49
MOREIRA, Isabella Fernanda de Oliveira	09,35
MULATO, Deisiane de Cássia.....	49
NAGAO, Karen Kakuda.....	18
NAGAO, Karen.....	23
NEPOMUCENO, Jaqueline Moreno Venancio	17,32
NETO, Osvaldo Vieira Gomes.....	11,38
.....	42
NEVES, Aline Souza.....	15
OLIVEIRA, Aline Fernanda de Souza.....	19,31
OLIVEIRA, Daniela de	23
OLIVEIRA, Maria Fernanda Andrino	16
PAIXAO, Mayara Kattleen	08
PARRA, Julia da Silva	11,31
.....	38,42
PELEGRINI, Mariana Cardozo de Souza	12,43
PERFEITO, Alessandra.....	13,22

PIRES, Maria Julia Brito	21
PRIMO, Daiana Cristina	44
QUESADA, Karina	10,22
.....	28,38
.....	46
QUESADA, Karina Bechara	35,42
QUESADA, Karina Quesada	42
QUESADA, Karina Rodrigues.....	13
RAVAGNANI, Juliana Rocha	08
REZENDE, Carolina Augusto	12,41
RIBEIRO, Michele Silva	11,31
.....	38,42
RODRIGUES, Caroline dos Reis.....	14,48
.....	49
SANTINI, Frederico Jangarelli	15
SANTOS, Amanda da Costa	16
SANTOS, Clara Tainá Coelho	13
SCUCUGLIA, Natália.....	10
SERAPHIN, Mayara Perroni.....	18,27
SILVA, Adriele Simi da	10,20
SILVA, Bruna Lima da	15,17
SILVA, Bruno Benedito Ciano	13
SILVA, Cristina.....	14
SILVA, Maria Caroline dos Santos.....	16,20
SILVEIRA, Luiza Moraes.....	14,32
SIMI, Adriele.....	43
SOARES, Ana Julia Duarte	12,40
SOUZA, Otavio Henrique Moreira Aronne	de18
TEIXEIRA, Nathália de Andrade.....	15
TEODOSIO, Bianca Thayna	11,48
.....	49
VICENTIN, Isabela do Nascimento	13,26
VIEIRA, Gabriela da Silva.....	17,30
XAVIER, Amanda da Silva	12,39
ZANOLO, Vinicius Seixas.....	18