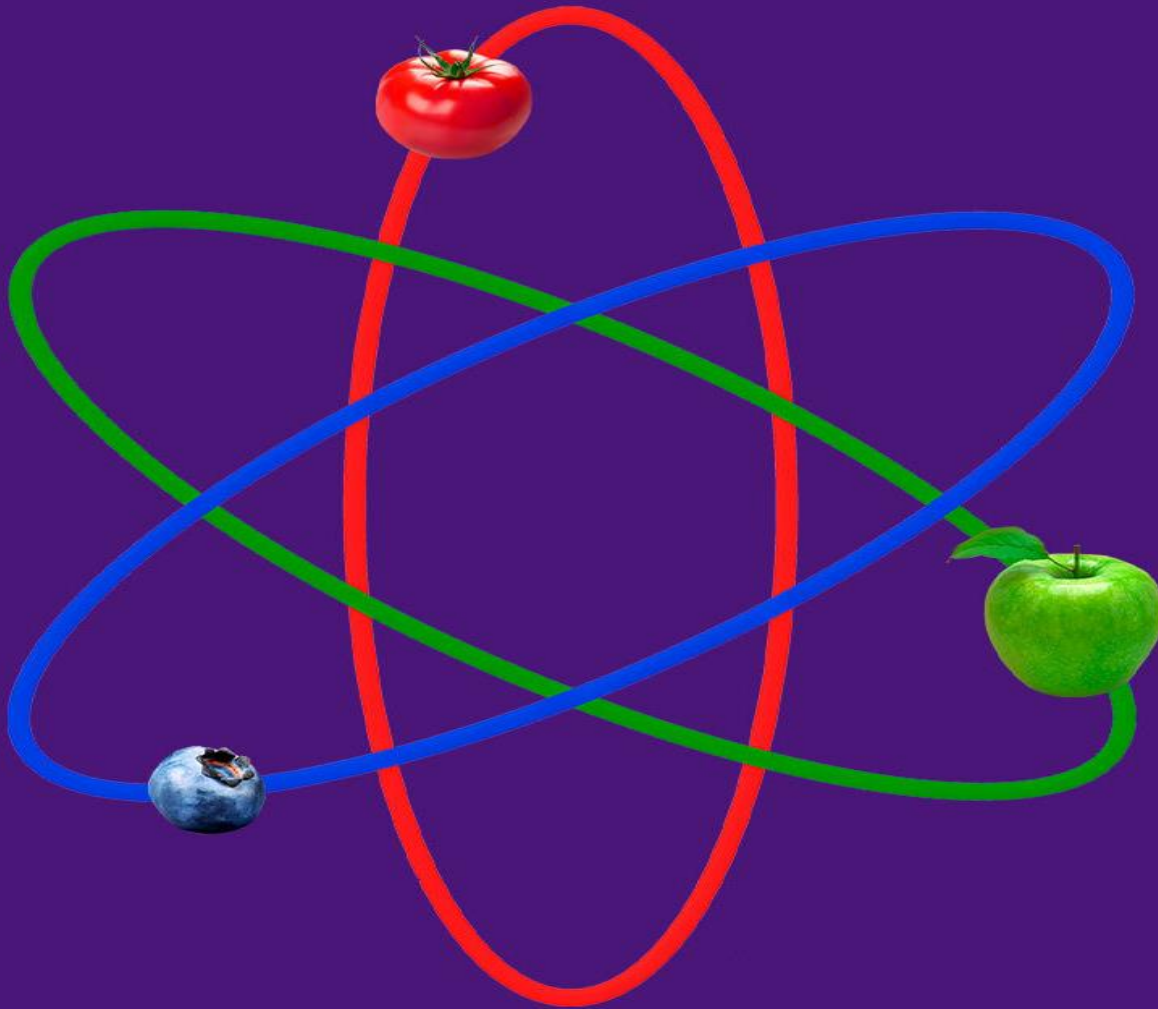


11^o ENCONTRO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DO CURSO DE NUTRIÇÃO



DATA

20 • MAIO • 2021

UNIVERSIDADE DE MARÍLIA

***11º ENCONTRO DE
INICIAÇÃO CIENTÍFICA
DO CURSO DE NUTRIÇÃO
DA UNIVERSIDADE DE
MARÍLIA –
NUTRICIÊNCIA***

20 de maio de 2021

RESUMOS

ISSN
2316-2694

UNIVERSIDADE DE MARÍLIA

REITOR

Márcio Mesquita Serva

VICE-REITORA

Regina Lúcia Otaiano Losasso Serva

PRÓ-REITOR ADMINISTRATIVO

Marco Antônio Teixeira

PRÓ-REITOR DE GRADUAÇÃO

José Roberto Marques de Castro

PRÓ-REITORA DE PESQUISA, PÓS-GRADUAÇÃO E 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

11º ENCONTRO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DO CURSO DE NUTRIÇÃO DA UNIVERSIDADE DE MARÍLIA – NUTRICIÊNCIA

COMISSÃO ORGANIZADORA

Profa. Dra. Cláudia Rucco Penteado Detregiachi

Profa. Ms. Mara Silvia Foratto Marconato

Profa. Dra. Walkiria Martinez Heinrich Ferrer

EDITORACÃO

Julia Caroline Romão

APOIO

Núcleo Integrado de Pesquisa e Extensão - NIPEX/UNIMAR

Projeto Amor de Criança



Os textos da presente obra são de exclusiva responsabilidade de seus autores

SUMÁRIO

Apresentação	6
Sessão de comunicações: Apresentação Oral.....	7
Sessão de comunicações: Apresentação E-Pôster	63
Índice remissivo de autores	102

APRESENTAÇÃO

Vivendo num mundo contemporâneo em que ciência e tecnologia permeiam nosso cotidiano, era impossível imaginar que um vírus causaria tanta turbulência, a ponto de transformar a rotina do mundo inteiro. Eu não imaginava!

Muito menos imaginava escolas sem alunos e educadores!

Sem dúvida uma experiência inesperada e inusitada para a atualidade, mas que traz no seu bojo grandes oportunidades de aprendizados. Aprendamos!

Estamos sendo desafiados a nos reprogramar, encontrar novos significados, reconfigurar parâmetros, redefinir metas e aprender novas formas de convivência.

Vejamos o lado bom! Quantas coisas mudaram para melhor! Quantas coisas aprendemos! O exercício da gratidão está mais presente, é possível sentir isso! A alma humana está sendo tocada!

Aprendemos a ser mais corajosos e enfrentar com novos cuidados nosso dia-a-dia. E assim, não deixamos as luzes da educação se apagarem.

Mesmo neste cenário, o 11º Encontro de Iniciação Científica do curso de Nutrição da Universidade de Marília – UNIMAR, o Nutriciência 2021, e o 11º Prêmio Nutriciência, ocorreu no dia 20 de maio de 2021, num formato híbrido. Assim vemos o compromisso da UNIMAR com a pesquisa, independente dos desafios impostos, transbordando seu diferencial e qualidade no ensino superior.

Profa. Dra. Cláudia Rucco

Docente da UNIMAR

Maio de 2021

Sessão de comunicações

Apresentação Oral

RESUMOS EXPANDIDOS

NÍVEL DE SATISFAÇÃO CORPORAL EM PRATICANTES DE ATIVIDADE FÍSICA

SANTOS, Bruna ¹; SILVA, Franciele ¹; SANT'ANA, Geovana ¹; RIBEIRO, Thauany¹;
SANTOS, Jeffrerson ²; MARCONATO, Mara ²

1-Acadêmicos do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Marília – Unimar.

2-Docente do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Marília – Unimar.

E-mail da orientadora: nutricao@unimar.br

RESUMO

A imagem corporal retrata-se de um fator imprescindível para construção da identidade pessoal e está relacionada à percepção subjetiva que o sujeito apresenta de suas dimensões corporais. No entanto, o peso corpóreo de um indivíduo pode exercer influência sobre as alterações no índice de massa corporal que podem gerar insatisfação com a imagem do corpo. A percepção subjetiva da imagem corporal e o nível de satisfação podem interferir diretamente na saúde psíquica e no bem-estar geral, levando à adoção de comportamentos inadequados e graves consequências para a saúde dos sujeitos. Todas as organizações de saúde estão cientes de que a maioria das enfermidades está articulada com o estilo e a qualidade de vida. Na contemporaneidade, os indivíduos têm buscado recursos para melhorar a saúde e atingir os padrões estéticos almejados. A literatura é escassa acerca da imagem corporal percebida por adultos brasileiros, sendo que a maioria dos estudos aborda crianças e adolescentes ou portadores de distúrbios alimentares. Como também é desprovida a literatura sobre a relação específica da insatisfação com a imagem corporal e a atividade física, desse grupo populacional. Essa pesquisa tem como objetivo analisar o nível de satisfação corporal e realizar diagnóstico nutricional dos praticantes de atividade física de um projeto social. Este projeto trata de uma pesquisa analítica do tipo clínico, com desenho primário, de interferência observacional e período transversal. Para a transcrição da nossa pesquisa, a população será composta por desportistas de um projeto social da cidade de Marília, São Paulo. O nível de satisfação corporal será avaliado pelo questionário autoaplicável Body Shape Questionnaire (BSQ), será utilizado também a Escala de Silhueta de Thompson e Gray (1995) ambos os instrumentos de identificação de satisfação com a aparência corporal. A utilização desses dois instrumentos traz informações sobre a percepção da imagem corporal de duas formas diferentes, mas não divergentes. Para avaliação do estado nutricional serão coletadas as medidas antropométricas, peso e estatura. O índice de massa corpórea (IMC) será calculado com base nos dados obtidos, com o objetivo de avaliar o estado nutricional da população estudada. O presente estudo terá início somente após a apreciação e aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Marília. Será solicitada autorização ao responsável do projeto social e os praticantes de atividade física que atenderem aos critérios de inclusão serão convidados a participarem do estudo. 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 do programa BioEstat 5.0.

Palavras-chave: Imagem corporal. Insatisfação corporal. Índice de massa corporal.

INTRODUÇÃO

Segundo Lôbo et al. (2020), A imagem corporal é um importante fator para construção da identidade pessoal e está relacionada à percepção subjetiva que o sujeito apresenta de suas dimensões corporais. De acordo com Nascimento e Araújo (2019), o peso corporal pode

exercer influência sobre os comportamentos de risco para transtornos alimentares, e também nos mostra que as alterações no índice de massa corporal podem gerar insatisfação com a imagem corporal.

Conforme Lôbo et al. (2020), a percepção subjetiva da imagem corporal e o nível de satisfação com o corpo podem interferir diretamente na saúde psíquica e no bem-estar geral, levando à adoção de comportamentos inadequados e graves consequências para a saúde dos sujeitos. Considerando os problemas que envolvem a insatisfação e distorção da imagem corporal, é importante compreender a influência do gênero na formação do autoconceito corporal e das estruturas centrais vinculadas à identidade dos indivíduos.

Na atualidade, todas as organizações de saúde estão cientes de que a maioria das enfermidades está articulada com o estilo e a qualidade de vida. Entre os hábitos mais recomendados para se ter uma vida saudável nas sociedades contemporâneas está a atividade física, aliada imprescindível para se alcançar e se manter uma boa saúde (GOMES; MINAYO, 2016).

Recentemente os indivíduos têm buscado recursos para melhorar a saúde e atingir os padrões estéticos almejados, e as academias vêm sendo cada vez mais utilizadas como um ambiente seguro e propício para realização de atividades físicas regulares (JESUS; MACEDO; OLIVERA, 2019).

De acordo com os estudiosos Gomes e Minayo (2016), indicam que realizada de forma permanente e sem exagero, a atividade física melhora a postura, torna os músculos mais eficientes, ajuda a diminuir o excesso de peso e o acúmulo de gordura, aumenta a produtividade no trabalho, contribui para diminuir o estresse e aumentar a disposição para as tarefas cotidianas, melhora o sistema imunológico e auxilia a reduzir os efeitos de várias doenças como cardiopatias, obesidade, hipertensão, osteoporose, deficiências respiratórias e alterações nas taxas de colesterol.

A importância da prática de atividade física está totalmente relacionada à prevenção de doenças cardiovasculares, crônicas, câncer, além de ser fundamental para a precaução do declínio cognitivo, como: perda de memória, falta de atenção e dificuldades relacionadas ao raciocínio lógico (OPAS, 2020).

Segundo Coelho (2015), diante do aumento da prevalência da obesidade, acentuado pela baixa prevalência de atividade física, e da disseminação de padrões de corpo geralmente inalcançáveis para a maioria da população, perceber o corpo de forma adequada se torna necessário para que a imagem corporal vista possa servir como um reflexo da saúde do indivíduo. A literatura é escassa acerca da imagem corporal percebida por adultos brasileiros, sendo que a maioria dos estudos aborda crianças e adolescentes ou portadores de distúrbios alimentares. Mais especificamente, existem poucos estudos que abordam a percepção da imagem corporal e múltiplos fatores comportamentais em adultos, assim como também é escassa a literatura sobre a relação específica da insatisfação com a imagem corporal e a atividade física nessa faixa etária. A exposição do corpo em público e as preocupações relativas à imagem corporal se tornam evidentes em um país tropical como o Brasil. Dessa forma, conhecer a discrepância relatada entre o corpo real e a imagem corporal auto percebida em adultos, assim como investigar sua satisfação diante da sua imagem corporal podem nos fornecer subsídios para nortear atitudes e ações rumo ao peso saudável.

Segundo os autores Nascimento e Araújo (2019), foi possível identificar que uma pequena parcela apresentou algum tipo de insatisfação corporal, no qual, pode estar associado as pressões exercidas pela sociedade quanto aos padrões de beleza impostos e que estes podem influenciar na presença da insatisfação. Já ao comparar a classificação do IMC com o questionário “Body Shape Questionnaire - Imagem Corporal (BSQ)”, foi identificada uma associação entre estes e essa esteve significativamente relacionada com estado nutricional, ou seja, foi visto que quanto maior a classificação do IMC, maiores foram os escores no BSQ.

OBJETIVOS

OBJETIVO GERAL

O objetivo deste estudo é investigar o nível de satisfação corporal e realizar o diagnóstico nutricional dos praticantes de atividade física de um projeto social.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Comparar satisfação corporal entre os sexos e nas diferentes faixas etárias.

MATERIAL E MÉTODOS

Este projeto trata de uma pesquisa analítica do tipo clínico, com desenho primário, de interferência observacional e período transversal.

A população do estudo será composta pelos praticantes de atividade física de um projeto social da cidade de Marília, São Paulo. Estes indivíduos serão convidados a participar do estudo e os interessados assinarão um termo de consentimento livre e esclarecido após receberem informações detalhadas sobre a natureza da investigação.

Segundo Fantineli et al. (2020), o nível de satisfação corporal será avaliado pelo questionário autoaplicável Body Shape Questionnaire (BSQ) desenvolvido por Cooper et al. (1987). O BSQ é composto por 34 questões referentes à percepção da insatisfação com aparência corporal nas últimas 4 semanas apresentando opções de respostas que variam de nunca, raramente, às vezes, frequentemente, muito frequentemente e sempre. O escore de insatisfação será computado pela soma dos valores das respostas podendo variar de 34 a 204. Os praticantes de atividade física serão classificados de acordo com a pontuação obtida sendo: a) Baixa insatisfação corporal (< 110 pontos), b) Insatisfação Moderada (≥ 110 e < 140 pontos) e c) insatisfação Grave (≥ 140 pontos).

Além do questionário será utilizado a Escala de Silhueta de Thompson e Gray (1995) como mais um instrumento de identificação de insatisfação com a aparência corporal. Esta escala é composta por duas questões referentes à sua aparência atual (Escore de silhueta atual) e sua aparência desejada (Escore de silhueta ideal). Para cada questão 9 silhuetas (de ambos os sexos) serão apresentadas representando condições de magreza extrema à níveis de obesidade. Os indivíduos serão orientados a assinalarem, primeiro, qual silhueta melhor representa sua aparência atual e, segundo qual silhueta melhor representa uma aparência desejada (ideal). A insatisfação corporal será obtida através do resultado do seguinte cálculo: Escore da silhueta atual – Escore da silhueta ideal. Os desportistas que apresentarem valores positivos neste cálculo serão classificados na categoria “Deseja diminuir” e os que apresentam valores negativos, serão classificados na categoria “Deseja aumentar” e aqueles que apresentam valores iguais a zero estarão “Satisfeitos” (FANTINELI et al).

Conforme Fantineli et al. (2020), a utilização desses dois instrumentos traz informações sobre a percepção da imagem corporal de duas formas diferentes, mas não divergentes. O BSQ apresenta uma análise mais ampla de indicadores comportamentais e psicológicos associados à insatisfação da imagem corporal favorecendo uma avaliação mais global deste componente. Já a escala de silhueta fornece informações específicas sobre fatores estéticos que denotam insatisfação com as formas corporais.

Para avaliação do estado nutricional serão coletadas as medidas antropométricas tais como: peso e estatura. O peso corporal será coletado por meio de balança digital tipo plataforma, com capacidade máxima de 150Kg. O indivíduo deverá estar descalço, como o mínimo de roupa possível, posicionado no centro do equipamento. A estatura será aferida como auxílio de uma régua antropométrica fixada na parede sem rodapé, devendo a aferição ser feita com o indivíduo mantido em pé, com a cabeça livre de adereços, corpo ereto, pés levemente separados e os braços estendidos ao longo do corpo; os calcanhares, a panturrilha, os glúteos,

as escápulas e a região do occipital deverão encostar-se à superfície vertical da régua, mantendo a cabeça no plano horizontal de Frankfurt (BRASIL, 2011).

Por fim, o índice de massa corpórea (IMC) será calculado com base nos dados de peso e altura obtidos, com o objetivo de avaliar o estado nutricional da população estudada. Este índice é calculado dividindo-se o peso pela altura ao quadrado. Os indivíduos serão classificados da seguinte forma: IMC 18,5kg/m² como baixo-peso; eutrofia, IMC entre 18,5kg/m² e 24,9 kg/m²; sobrepeso, IMC entre 25kg/m² e 29,9kg/m²; obesidade grau I, IMC entre 30kg/m² e 34,9kg/m²; obesidade grau II, IMC entre 35kg/m² e 39,9kg/m²; e obesidade grau III, IMC; 40kg/m² (BRASIL, 2011).

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, desvio padrão, mediana, mínimo, máximo e percentis, conforme o perfil da análise. Para avaliar as diferenças e a associação das variáveis estudadas serão utilizados testes estatísticos apropriados, dependendo da variância dos dados a serem analisados. A significância considerada será 5% ($p \leq 0,05$) para as operações efetuadas.

O presente estudo terá início somente após a apreciação e aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Marília- Unimar. Será solicitada autorização ao responsável do projeto social. Os praticantes de atividade física que atenderem aos critérios de inclusão serão convidados a participarem do estudo, e os interessados assinarão um termo de consentimento livre e esclarecido após receberem informações detalhadas sobre a natureza da investigação. A coleta de dados da pesquisa não causará desconforto ou riscos à saúde dos participantes. Caso o participante em algum momento sentir-se constrangido poderá desistir da pesquisa e também não será obrigado a responder qualquer pergunta.

HIPÓTESE

Acredita-se que as mulheres com faixa etária entre 18 a 60 anos praticantes de atividade física sejam mais insatisfeitas com a imagem corporal do que os homens com a mesma faixa etária.

REFERÊNCIAS

COELHO, Carolina. **Imagem corporal e comportamentos relacionados a saúde em adultos: Estudo longitudinal de saúde do adulto** (ELSA-BRASIL), 2008-2010. 117 f. Tese (Doutorado em Saúde Pública) - Faculdade de Medicina, Universidade de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2015. Disponível em: <http://hdl.handle.net/1843/BUBD-ADSGF6>. Acesso em: 18 Mar. 2021.

COOPER, P.; TAYLOR, M.J.; COOPER, Z. & FAIRBURN, C.G. - The Development and Validation of the Body Shape Questionnaire. **International Journal of Eating Disorders** 6: 485-94, 1987. Disponível em: https://pt.surveymonkey.com/r/BSQ_01 . Acesso em: 18 Abr. 2021.

FANTINELLI, Edmar Roberto et al . Imagem corporal em adolescentes: associação com estado nutricional e atividade física. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro , v. 25, n. 10, p. 3989-4000, Oct. 2020 . Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232020001003989&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 10 Abr. 2021.

GOMES, Romeu; MINAYO, Maria Cecília de Souza. Atividade física como parte importante da saúde em todas as idades. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro , v. 21, n. 4, p. 998, abr.

2016. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232016000400998&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 17 mar. 2021.

JESUS, Lazara; MACEDO, Anderson; OLIVEIRA, David. Perfil e comportamento de praticantes de atividade física supervisionada em academia de ginastica do sudoeste goiano. **SALUSVITA**, Bauru, v. 38, n. 1, p. 27-39. 2019. Disponível em: https://secure.unisagrado.edu.br/static/biblioteca/salusvita/salusvita_v38_n1_2019/salusvita_v38_n1_2019_art_02.pdf. Acesso em: 18 Mar. 2021.

LOBO, Ingrid *et al.* Percepção da imagem e satisfação corporal em estudos universitários. **Ver Bras Cineantropom**, Florianópolis, v. 22, p. 1-11, 13 jul. 2020. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1980-00372020000100340&lng=en&nrm=iso>. Acesso em : 03 Mar. 2021.

NASCIMENTO, Stephany; ARAÚJO, Ísis. Perfil antropométrico e insatisfação corporal de estudantes. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, São Paulo, v. 13. n. 82. p.864-870. Nov./Dez. 2019. Disponível em <<http://www.rbne.com.br/index.php/rbne/article/view/1465>>. Acesso em: 18 Mar. 2021.

OPAS - Organização Pan-Americana da Saúde. **OMS Lança novas diretrizes sobre atividade física e comportamento sedentário**. Brasília (DF); 2020. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/26-11-2020-oms-lanca-novas-diretrizes-sobre-atividade-fisica-e-comportamento-sedentario#:~:text=A%20atividade%20f%C3%ADsica%20regular%20%C3%A9,exercitar%20a%20sa%C3%BAde%20do%20c%C3%A9rebro>. Acesso em: 09 Marc. 2021.

INDICADORES CLÍNICOS COMO PREDITORES DA SÍNDROME METABÓLICA

GONÇALVES, Henry Alex¹, MORENO, Júlia Mansolelli¹, RIBEIRO, Luana Beatriz¹, MINAMI, Nayra Etsuko Amorim¹, DETREGIACHI, Cláudia Rucco Penteado², GABALDI, Márcia², QUESADA, Karina².

1-Acadêmico do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Marília – Unimar.

2-Docente do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Marília – Unimar.

E-mail da orientadora: karinarquesada@gmail.com

RESUMO

O diagnóstico de Síndrome Metabólica envolve vários critérios já consagrados mundialmente e difere de acordo com os grupos de estudos internacionais. Alguns indicadores clínicos de obesidade visceral e resistência à insulina, como o Produto de Acumulação Lipídica (LAP), o Índice de Adiposidade Visceral (IAV) e o Índice Triglicérides-Glicose (Índice Tg/G) têm sido propostos para estimar o risco cardiovascular e de mortalidade. Diante do exposto, o objetivo do estudo é avaliar a capacidade preditiva dos indicadores clínicos (LAP, IAV e Tg/G) para a Síndrome Metabólica. O estudo será realizado em uma unidade de cardiologia do Hospital Beneficente Unimar (HBU) na cidade de Marília/SP, no período de junho de 2021 a setembro de 2021. A coleta de dados será realizada a partir de registros em prontuários de pacientes com idades acima de 20 anos, de ambos os sexos. Serão incluídos todos os prontuários de pacientes adultos e idosos de ambos os sexos, que contenham todas as variáveis necessárias ao estudo, sendo observado um intervalo máximo de três meses entre os exames bioquímicos e os dados antropométricos. Serão excluídos prontuários de pacientes gestantes, lactantes e pacientes que realizaram cirurgia bariátrica há menos de 2 anos. Os dados antropométricos coletados serão o peso corporal, estatura e calculado o índice de massa corpórea (IMC), acrescidos da medida da circunferência da cintura (CC). Triglicérides em jejum, HDL-colesterol, e glicemia em jejum serão os exames bioquímicos necessários para o diagnóstico da Síndrome Metabólica e cálculo dos indicadores clínicos. A Síndrome Metabólica será definida baseando-se nos critérios estabelecidos NCEP-ATPIII. O cálculo dos indicadores clínicos LAP, IAV e Tg/G, serão realizados a partir de fórmulas propostas por Kahn (2005); Amato et al. (2010) e Mendía; Romero (2020), respectivamente. Por fim, realizar a concordância desses indicadores clínicos (IAV, LAP e Tg/G) com os critérios já consagrados mundialmente para diagnóstico da Síndrome Metabólica. Para avaliar a relação das variáveis estudadas serão utilizados testes estatísticos apropriados, sendo a probabilidade de significância considerada de 5% ($p < 0,05$). O estudo terá início somente após autorização da Instituição concedente, apreciação do Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Marília/SP, de acordo com os requerimentos éticos e legais para pesquisa com seres humanos, conforme determina o Conselho Nacional da Saúde.

Palavras-chave: Doenças cardiovasculares. Obesidade abdominal. Produto de acumulação lipídica.

INTRODUÇÃO

A Síndrome Metabólica (SM) representa um conjunto de fatores de risco para doenças cardiovasculares. Este conceito está associado a obesidade central, hipertensão, resistência à insulina e dislipidemia, especificamente os elevados níveis de triglicérides e a baixa

concentração de lipoproteína de alta densidade (HDL-c) (MCCRACKEN; MONAGHAN; SREENIVASAN, 2018).

Diagnosticar a SM envolve vários critérios e difere de acordo com os grupos de estudos internacionais (Segundo a Organização Mundial de Saúde – OMS, 1998, Programa Nacional de Educação para o Tabagismo, do Painel de Tratamento de Adultos III - NCEP-ATP III, 2001, Grupo Europeu para o Estudo da Resistência à Insulina – EGIR, 1999, Associação Americana de Endocrinologistas – AACE, 2003 e da Federação Internacional de Diabetes – IDF, 2005), entretanto não há um consenso sendo que, de acordo com vários estudos as estimativas da prevalência da Síndrome Metabólica são diferentes, o que até dificulta a comparação dos dados (SILVA et al., 2019).

No Brasil a prevalência da SM na população adulta se apresenta de 28,9 a 29,6%, enquanto no mundo sua estimativa é de 20 a 25%, portanto sendo superior à média mundial, indicando uma alta prevalência da SM no país. Também é importante salientar que a proporcionalidade entre idade e a predominância da SM, é diretamente congruente (VIDIGAL et al., 2013).

O Produto de Acumulação Lipídica (LAP) e Índice de Adiposidade Visceral (IAV) são marcadores clínicos de obesidade visceral e têm sido propostos como simples, baratos e precisos para estimar o risco cardiovascular e de mortalidade, que combinam parâmetros antropométricos e variáveis metabólicas como marcadores efetivos e confiáveis também para prever SM (GU et al., 2018; LI et al., 2018); visto que os métodos padrão-ouro para avaliação da gordura visceral apresentam alto custo e que a medida da circunferência da cintura, sozinha, não distingue a gordura subcutânea da visceral (JOSEPH et al., 2012; ZHANG et al., 2013).

O índice triglicerídeos-glicose (Tg/G) tem sido considerado um marcador alternativo confiável de resistência à insulina e um preditor independente de desfechos cardiovasculares (WANG et al., 2020; DA SILVA et al., 2019; ZHENG; MAO, 2017).

O uso de indicadores como preditores de SM pode facilitar a identificação dessa condição na prática clínica, por sua simplicidade, rapidez e funcionalidade (OLIVEIRA et al., 2017).

A SM, possui grande importância epidemiológica, devido aos efeitos desse distúrbio, no qual ele é responsável por aumentar o risco de novas doenças, além de diminuir a qualidade de vida das pessoas. Sendo assim, diante desta problemática, prever a Síndrome Metabólica através de indicadores simples e de baixo custo, torna-se um excelente instrumento para a identificação dos indivíduos a fim de que possa ser tratado os fatores de risco da SM, e prevenir o desenvolvimento de doenças posteriores.

OBJETIVOS

OBJETIVO GERAL

Avaliar a capacidade preditiva dos indicadores clínicos (índice de adiposidade visceral, produto de acumulação lipídica e índice triglicerídeo/glicose) para a Síndrome Metabólica.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Coletar dados antropométricos (peso, estatura e circunferência de cintura) e dados bioquímicos (HDL-c, triglicerídeos e glicemia em jejum);
- Calcular o índice de adiposidade visceral, produto de acumulação lipídica e índice triglicerídeos/glicose;
- Diagnosticar a Síndrome Metabólica.
- Realizar a concordância desses indicadores clínicos (IAV, LAP e Tg/G) com os critérios já consagrados mundialmente para diagnóstico da Síndrome Metabólica.

MATERIAL E MÉTODOS

Este projeto trata de uma pesquisa do tipo clínica, com desenho primário, de inferência observacional, período transversal, com direcionalidade temporal prospectivo, objetivo descritivo e com abordagem quantitativa.

O estudo será realizado em uma unidade de cardiologia do Hospital Beneficente Unimar (HBU) na cidade de Marília/SP, no período de junho de 2021 a setembro de 2021. A coleta de dados será realizada a partir de registros em prontuários de pacientes com idades acima de 20 anos, de ambos os sexos.

Serão incluídos todos os prontuários de pacientes adultos e idosos de ambos os sexos, que contenham todas as variáveis necessárias ao estudo, sendo observado um intervalo máximo de três meses entre os exames bioquímicos e os dados antropométricos. Serão excluídos prontuários de pacientes gestantes, lactantes e pacientes que realizaram cirurgia bariátrica há menos de 2 anos.

Para a realização do diagnóstico nutricional serão coletados peso, estatura e calculado o índice de massa corpórea (IMC), acrescidos da medida da circunferência da cintura (CC). A circunferência da cintura será avaliada com base nos pontos de corte preconizados pelo World Health Organization (WHO, 1995), sendo elas: normal ou sem risco (< 80 cm para mulheres; e < 94 cm para homens), risco elevado ($80 \leq CC < 88$ cm para mulheres; $94 \leq CC < 102$ cm para homens), risco muito elevado (≥ 88 cm para mulheres; e ≥ 102 cm para homens) e o IMC também será avaliado com base no World Health Organization (1997), sendo eles: baixo peso ($< 18,5$ kg/m²), peso adequado ($\geq 18,5$ kg/m² e < 25 kg/m²), Sobrepeso (≥ 25 kg/m² e < 30 kg/m²) e obesidade (≥ 30 kg/m²).

Serão coletados os valores dos seguintes exames bioquímicos: HDL-colesterol, triglicérides em jejum e glicemia em jejum.

A Síndrome Metabólica será definida baseando-se nos critérios estabelecidos pelo *National Cholesterol Education Program's Adult Treatment Panel III* (NCEP-ATPIII) e recomendados pela *I Diretriz Brasileira de Diagnóstico e Tratamento da Síndrome Metabólica*. Segundo esses critérios, a Síndrome Metabólica é definida pela presença de, pelo menos, três alterações, entre cinco componentes, a saber: (a) glicemia de jejum ≥ 110 mg/dL; (b) pressão arterial $\geq 130/85$ mmHg; (c) triglicerídeos ≥ 150 mg/dL; (d) HDL-colesterol < 40 mg/dL para homens e < 50 mg/dL para mulheres; (e) circunferência da cintura > 102 cm para homens e > 88 cm para mulheres (SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA, 2005).

O cálculo do índice de adiposidade visceral (IAV) 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). Para o sexo masculino $VAI = (CC/39,68 + (1,88 \times IMC)) \times (TG/1,03) \times (1,31/HDL)$ e para o sexo feminino $VAI = (CC/36,58 + (1,89 \times IMC)) \times (TG/0,81) \times (1,52/HDL)$.

O cálculo do LAP será realizado por meio da fórmula para mulheres (circunferência da cintura [cm]-58) $\times$ (triglicerídeos [mmol/L]) e homens (circunferência da cintura [cm]-65) $\times$ (triglicerídeos [mmol/L]) (CARTOLANO et al., 2018), sendo que para conversão dessa unidade de medida do triglicerídeos em miligramas por decilitro (mg/dl), visando a adequação à fórmula do cálculo do índice LAP, será necessário dividir o resultado obtido nos exames individuais de cada participante por 88,5 (CHEN et al., 2015).

Para cálculo do índice Triglicerídeo/glicose, adotaremos a fórmula proposta por Mendía; Romero (2020) e Romero (2010), descrita da seguinte forma: $\ln [fasting triglycerides (mg/dL) \times fasting glucose (mg/dL) / 2]$.

Por fim, realizar a concordância desses indicadores clínicos (IAV, LAP e Tg/G) com os critérios já consagrados mundialmente para diagnóstico da Síndrome Metabólica.

Os dados coletados serão armazenados numa planilha de Excel para posterior uso na análise estatística. 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, desvio padrão, mediana, mínimo, máximo e percentis, conforme o perfil da análise. As variáveis categorizadas serão apresentadas em frequências e percentuais. Para avaliar as diferenças e a associação das variáveis estudadas serão utilizados testes estatísticos apropriados, dependendo da variância dos dados a serem analisados. A significância considerada será 5% ($p \leq 0,05$) para as operações efetuadas.

O presente estudo terá início somente após a apreciação e aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Marília - Unimar.

HIPÓTESE

Acredita-se que os indicadores, produto da acumulação lipídica (PAL), o índice de adiposidade visceral (IAV) e o índice triglicérideos e glicose, sejam eficientes na predição da Síndrome Metabólica.

REFERÊNCIAS

AMATO, M. C. Visceral Adiposity Index: A reliable indicator of visceral fat function associated with cardiometabolic risk. **Diabetes Care**, v. 33, n. 4, p. 920 - 922, 2010.

CARTOLANO, F. C. et al. O produto de acumulação lipídica está associado a um perfil aterogênico de lipoproteínas em indivíduos brasileiros? **Sociedade brasileira de cardiologia**, v. 110, n. 4, p. 339 - 347, 2018.

CHEN, B.D. et al. Waist-to-Height Ratio and Triglycerides/High-Density Lipoprotein Cholesterol Were the Optimal Predictors of Metabolic Syndrome in Uighur Men and Women in Xinjiang, China. **MetabSyndrRelatDisord**, v. 13, n. 5, p. 214-220, 2015.

DA SILVA, A. et al. Triglyceride-glucose index is associated with symptomatic coronary artery disease in patients in secondary care. **Cardiovasc Diabetolgy**, v. 18, n. 89, 2019.

GU, Z. et al. Obesity and lipid-related parameters for predicting metabolic syndrome in Chinese elderly population. **Lipids in Health and Disease**, v. 17, n. 1, p. 289, 2018.

JOSEPH, L. et al. Evaluation of existing and candidate measures of obesity for detection of insulin resistance and cardiometabolic risk among Asian Indians: development of two clinically useful models. **Diabetes Metab Syndr**, v. 6, n. 4, p. 181 – 186, 2012.

LI, R. et al. Clinical surrogate markers for predicting metabolic syndrome in middle-aged and elderly Chinese. **J Diabetes Investig**, v. 9, n. 2, p. 411 – 418, 2018.

MCCRACKEN, E., MONAGHAN, M., SREENIVASAN, S. Pathophysiology of metabolic syndrome. **Clinics in Dermatology**, v. 36, n. 1, p. 14 – 20, 2018.

MENDÍA, L. E.S., ROMERO, F. G. The correct formula for the triglycerides and glucose index. **European Journal of Pediatrics**, v. 179, n. 7, p. 1171, 2020.

NATIONAL CHOLESTEROL EDUCATION PROGRAM. ATP III Guidelines at-a-Glance Quick Desk Reference. **National Institutes of Health, National Heart, Lung, and Blood Institute**, 2001.

OLIVEIRA, C. C. et al. Preditores de Síndrome Metabólica em Idosos: Uma Revisão. **International Journal of Cardiovascular Sciences**, v.30, n. 4, 2017.

ROMERO, F. G. et al. The product of triglycerides and glucose, a simple measure of insulin sensitivity. Comparison with the euglycemic-hyperinsulinemic clamp. **The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism**, v. 95, n. 7, p. 3347-351, 2010.

SILVA, E. I. G. et al. Índice de Adiposidade Visceral como preditor de Síndrome Metabólica em uma população feminina com esteatose hepática não alcoólica. **Biosaúde**, Londrina, v. 21, n.2, 2019.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA. I Diretriz brasileira de diagnóstico e tratamento da síndrome metabólica. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, v. 84, n. 1, 2005.

VIDIGAL, F. C. et al. Prevalence of metabolic syndrome in Brazilian adults: a systematic review. **BMC Public Health**, v. 13, p. 1198, 2013.

WANG, L. et al. Triglyceride-glucose index predicts adverse cardiovascular events in patients with diabetes and acute coronary syndrome. **Cardiovascular Diabetology**, v. 19, n. 80, 2020.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Physical status: the use and interpretation of anthropometry. **Geneva: World Health Organization**, 1995.

WORLD HEALTH ORGANIZATION OBESITY: preventing and managing the global epidemic. **Report of a WHO Consultation of Obesity**. Geneva, 1997.

ZHANG, X. et al. Visceral adiposity and risk of coronary heart disease in relatively lean Chinese adults. **Int J Cardiol**, v. 168, n.3, p. 2141 - 2145, 2013.

ZHENG, R., MAO, Y. Triglyceride and glucose (TyG) index as a predictor of incident hypertension: a 9-year longitudinal population-based study. **Lipids in Health and Disease**, v. 16 n. 175, 2017.

ALEITAMENTO MATERMO EM TEMPOS DE PANDEMIA

BOSCO, Gabriela Oliveira¹; GARCIA, Giovanna Barbosa¹; DE FREITAS, Júlia Bispo Licate¹; COSTA, Milene de Souza Ferreira¹; MOROSSATO, Michelle Righetti Rocha Trinca².

1-Acadêmico do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Marília – Unimar.

2-Docente do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Marília – Unimar.

E-mail da orientadora: michellemorassato@unimar.br

RESUMO

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS) destaca-se que o aleitamento materno é uma das escolhas mais apropriadas, de forma a assegurar ao bebê uma condição em saúde e sobrevivência. A amamentação é considerada um método convencional e inigualável para a alimentação dos bebês, promovendo resultados e benefícios para a saúde da criança e da mãe. Constata-se que a mesma protege os bebês de diversas doenças como: Infecções gerais, otite média aguda, infecções gastrointestinais e do trato respiratório. Relacionado à isso, é relevante o fato de que o desenvolvimento, comparando-se com bebês que ingerem o leite materno, é menor em crianças que se alimentam por fórmula. No que diz respeito à depressão pós-parto, o papel da amamentação é reduzir este efeito, por estimular o vínculo entre as mães e os bebês neste período. Sendo assim, a atuação dos profissionais de saúde é essencial para reconhecimento e o encaminhamento de mães para avaliação, tratamento e à rede de apoio. Muitas mulheres encontram dificuldades no início, sentem dor nos mamilos e têm medo de que não haja leite suficiente para sustentar os bebês. Na sociedade moderna o apoio social e psicológico adequado mostra-se fundamental e certamente possui influência na capacidade da puérpera em iniciar e manter a amamentação. A pandemia de COVID-19, é representada como uma pandemia complexa, em relação à sua origem, propagação, seus efeitos e consequências em diversos campos. Os coronavírus ocasionam doenças respiratórias, gastrintestinais e também neurológicas. É dada como um modo de transmissão mais comum, através de gotículas expelidas durante a fala, tosse ou espirro. Esta infecção é capaz de ser transmitida por portadores sintomáticos, pré assintomáticos e assintomáticos. Conforme informação concedida pelo Ministério da Saúde, as mulheres no período gestacional são posicionadas no grupo de risco à infecção do vírus. O objetivo do estudo é identificar a influência da Pandemia por SARS-CoV- 2 na amamentação. A população alvo será composta por mulheres que deram à luz, no período de março à dezembro de 2020, na maternidade no Hospital da Unimar. Estas mulheres serão convidadas a participar do estudo e responderão ao questionário via online. Trata-se de uma pesquisa qualitativa, utilizando-se o Discurso do Sujeito Coletivo como método qualitativo para análise de depoimentos individuais, por meio de questões abertas, reunindo discursos semelhantes e que através destes forma-se um depoimento coletivo, transcrito na primeira pessoa do singular, caracterizando uma fala da coletividade. Este questionário será testado com até três mulheres em uma pesquisa piloto para avaliar sua aplicabilidade. 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, desvio padrão, mediana, mínimo, máximo e percentis, conforme o perfil da análise. Para avaliar as diferenças e a associação das variáveis estudadas serão utilizados testes estatísticos apropriados, dependendo da variância dos dados a serem analisados. A significância considerada será 5% ($p \leq 0,05$) para as operações efetuadas.

Palavras-chave: Amamentação. COVID-19. Influência.

INTRODUÇÃO

Segundo estudos, a amamentação possui a principal função de garantir o crescimento e o desenvolvimento de bebês e crianças, de maneira saudável (MOSCA; GIANNÌ, 2017). É considerada um método convencional e inigualável para a alimentação dos bebês, promovendo resultados e benefícios para a saúde da criança e da mãe. Além disso, o leite materno oferece menor risco de taxas de infecção, obesidade e morte pós-neonatal entre bebês; e proporciona para as mães, um menor risco de câncer de mama e ovário. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS) destaca-se que o aleitamento materno é uma das escolhas mais apropriadas, de forma a assegurar ao bebê uma condição em saúde e sobrevivência. Em relação aos bebês que foram amamentados, o leite materno age reduzindo a taxa de mortalidade em comparação com os bebês que nunca foram amamentados. A OMS sugere que os bebês devem ser amamentados até uma hora após o nascimento e, serem amamentados exclusivamente durante os primeiros seis meses e, continuar o aleitamento por dois anos ou mais (GERTOSIO et al., 2016).

Constata-se que a amamentação protege os bebês de diversas doenças como: Infecções gerais, otite média aguda, infecções gastrointestinais e do trato respiratório, sendo esta última a principal causa de morte, no mundo, entre crianças menores de cinco anos. No que diz respeito a doenças inflamatórias intestinais, doença celíaca e diabetes mellitus (tipos 1 e 2), existem informações de que a amamentação promove proteção contra essas doenças. Estudos mostram que existe uma grande influência da amamentação no desenvolvimento cognitivo da criança (GERTOSIO et al., 2016).

No que diz respeito à depressão pós-parto, aproximadamente 13% de todas as puérperas podem desenvolver sintomas de depressão, sendo o papel da amamentação reduzir estes efeitos, por estimular o vínculo entre as mães e os bebês, as quais relatam sentirem-se com melhor humor neste período (DEL CIAMPO; DEL CIAMPO, 2018). Sendo assim, a atuação dos profissionais de saúde é essencial para reconhecimento e o encaminhamento de mães com indícios de depressão pós-parto para posterior avaliação, tratamento e rede de apoio (LINO et al., 2020).

Desse modo, nota-se que é de extrema importância que exista uma rede de apoio as mães, principalmente para as primigestas. Muitas mulheres encontram dificuldades no início, sentem dor nos mamilos e têm medo de que não haja leite suficiente para sustentar os bebês (GERTOSIO et al., 2016).

Na sociedade moderna o apoio social e psicológico adequado mostra-se fundamental e certamente possui influência crítica na capacidade da puérpera em iniciar e manter a amamentação. Conforme resultados de pesquisas feitas com lactantes atualmente, em tempos de pandemia, os tipos de apoio oferecidos a estas mulheres foram influenciados de forma negativa. Relatos apontam que estas mães passaram por maior estresse, isolamento e sentiram falta de apoio de amigos, família, babás e pessoas especializadas em lactação. Além disso, as mães que não eram de primeira viagem relataram que, devido à falta de apoio, se não tivessem experiências anteriores, não teriam bons resultados na amamentação. De outro lado, a maior parte das mães alegou que o ato de amamentar foi influenciado de forma positiva pela pandemia, devido à redução do fornecimento de fórmulas e de terem suas licenças maternidade por um período maior (SNYDER; WORLTON, 2021).

A doença causada pelo novo Coronavírus (COVID-19) criou barreiras sem precedentes para as mães que amamentam para obter vários tipos de apoio: Emocional, instrumental, informativo e de avaliação (SNYDER; WORLTON, 2021). No final de 2019 o mundo entrou em colapso devido a pandemia da COVID-19 (JAKOVLJEVIC et al., 2020).

Os coronavírus têm como maior risco de transmissão quando há exposição prolongada a uma pessoa infectada e exposições mais curtas a indivíduos sintomáticos. E, quando em breves exposições à contatos assintomáticos, são menos prováveis. Outra maneira possível de transmissão é pela propagação em superfície de contato. Devido a isto, o Ministério da Saúde recomenda que em lugares públicos, mantenha-se a distância mínima de 1 (um) metro entre pessoas. Além do mais, é obrigatório o uso de máscaras de tecido em convívio social, as quais podem ser consideradas uma barreira física contra o vírus (BRASIL, 2020). Atualmente, segundo o Governo Federal, no Brasil registra-se 277.102 mortes causadas pela COVID-19; e 2.651.578 no mundo (BRASIL, 2021).

Conforme informação concedida pelo Ministério da Saúde, as mulheres no período gestacional são posicionadas no grupo de risco à infecção do vírus (BRASIL, 2021). Posto isto, a relevância deste conteúdo é identificar a influência da pandemia da COVID-19 na vida e na rotina de lactantes, e se elas tiveram apoio durante a gestação, período caracterizado por uma grande influência na amamentação futuramente. Dado o exposto, resta esclarecer: As gestantes, durante a pandemia, obtiveram acesso ao pré-natal? Estas mulheres foram atendidas e aconselhadas por uma equipe multidisciplinar? Elas foram instruídas sobre o aleitamento materno?

Esta pesquisa acontecerá no Município de Marília - SP, aonde existe uma maternidade no Hospital da Unimar, a qual atende de forma particular, conveniada e pelo SUS. O estudo será feito com mulheres que deram à luz neste cenário, no período da pandemia.

OBJETIVOS

OBJETIVO GERAL

Identificar a influência da Pandemia por SARS-CoV- 2 na amamentação.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar se as lactantes tiveram dificuldades ou foram motivadas a amamentar durante a pandemia;
- Identificar as possíveis dificuldades;
- Correlacionar as possíveis dificuldades com a pandemia;
- Constatar se existe rede de apoio e se a mesma se demonstra fragilizada por consequência da pandemia;
- Investigar se tiveram acesso a orientações sobre aleitamento materno no pré-natal;
- Investigar se na maternidade as mulheres tiveram acesso à orientação e incentivo ao aleitamento materno;
- Investigar se houve necessidade de adaptações alimentares justificadas pela pandemia, como o uso de fórmulas ou a introdução alimentar precoce para os bebês de forma a substituir totalmente ou parcialmente o aleitamento materno;
- Caracterizar as lactantes segundo informações pessoais (idade, escolaridade, estado civil, número de filhos e condições sócio- econômicas).

MATERIAL E MÉTODOS

Este projeto trata de uma pesquisa do tipo clínica, com desenho primário, analítico, observacional, período transversal e retrospectivo, sendo de centro único.

A população de estudo será composta por mulheres que deram à luz, no período de março à dezembro de 2020, na maternidade no Hospital da Unimar, o qual oferece serviço em saúde, com respeito e cordialidade, além de proporcionar desenvolvimento do ensino e da pesquisa (HOSPITAL BENEFICENTE UNIMAR, 2021). Estas mulheres serão convidadas a participar do estudo e as interessadas assinarão um termo de consentimento livre e

esclarecido, via online através do Google Forms, após receberem informações detalhadas sobre a natureza da investigação.

Trata-se de uma pesquisa qualitativa, que será analisada por meio do Discurso do Sujeito Coletivo (LEFEVRE; LEFEVRE, 2003). Segundo Lefevre et al. (2003), este método qualitativo se baseia na análise de depoimentos individuais, por meio de questões abertas, reunindo os discursos e que através destes forma-se um depoimento coletivo, transcrito na primeira pessoa do singular, caracterizando uma fala da coletividade. Serão utilizadas as redes sociais WhatsApp ou Facebook, como recursos tecnológicos que são considerados populares, acessíveis e conforme a disponibilidade da participante, afim de garantir a segurança da saúde de todos os envolvidos na pesquisa, devido a pandemia da COVID-19, a qual exige o distanciamento social. Esta pesquisa será realizada através de chamadas de vídeo, as quais serão filmadas e gravadas, e a partir disto haverá a transcrição das respostas dessas. Vale ressaltar que será aplicada uma pesquisa – piloto, com até três mulheres, antes da pesquisa oficial, seguindo o mesmo padrão desta.

Em análises qualitativas, o número de pessoas a serem entrevistadas, dificilmente pode ser determinado antecipadamente à pesquisa. Isso porque, seu andamento depende da qualidade das informações obtidas em cada depoimento e da recorrência de cada uma delas. Entende-se que, enquanto houver dados e informações novas, deve-se dar continuidade na entrevista. Sendo assim, baseia-se como indicação prática, um mínimo de 20 (vinte) mulheres a serem entrevistadas (DUARTE, 2002).

O tratamento estatístico dos dados quantitativos referente ao perfil demográfico das participantes, será realizado com apoio do programa BioEstat 5.0. Os dados serão apresentados em tabelas de frequência ou média, desvio padrão, mediana, mínimo, máximo e percentis, conforme o perfil da análise. Para avaliar as diferenças e a associação das variáveis estudadas serão utilizados testes estatísticos apropriados, dependendo da variância dos dados a serem analisados. A significância considerada será 5% ($p \leq 0,05$) para as operações efetuadas.

O presente estudo terá início somente após a apreciação e aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Marília- Unimar.

HIPÓTESE

Acredita-se que a pandemia da COVID-19 trouxe um desafio maior para as mães que amamentam.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Governo Federal. **Alerta de COVID-19: Estatísticas**. Brasília, 2021. Disponível em: https://www.gov.br/saude/pt-br?utm_source=google&utm_medium=search&utm_campaign=MS_Vacinacao_Covid&utm_term=vacinacao_coronavirus_googleads&utm_content=gads001>. Acesso em: 14 mar. 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Folha informativa COVID-19** - Escritório da OPAS e da OMS no Brasil. Brasília, 2020. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/covid19>>. Acesso em: 14 mar. 2021.

DEL CIAMPO, L. A.; DEL CIAMPO, I. R. L. Amamentação e os benefícios da lactação para a saúde da mulher. **Rev Bras Ginecol Obstet.**, v. 40, n. 6, p. 354-359, 2018.

DUARTE, R. Pesquisa qualitativa: Reflexões sobre o trabalho de campo. **Departamento de Educação da Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro.**, n. 115, p. 139-154, 2002.

GERTOSIO, C. et al. Breastfeeding and its gamut of benefits. **Minerva Pediatr.**, v. 68, n. 3, p. 201-212, 2016.

HOSPITAL BENEFICENTE UNIMAR. Home – Conheça a ABHU. Marília, 2021.
Disponível em: <http://www.abhu.com.br/>. Acesso em: 05 mai. 2021.

JAKOVLJEVIC, M. et al. COVID-19 Pandemia e Saúde Mental Pública e Global na Perspectiva da Global Health Securit. **Psychiatry Danubina.**, v. 32, n.1, p. 6-14, 2020.

LEFEVRE, Fernando; LEFEVRE, Ana Maria Cavalcanti. O sujeito coletivo que fala. *Interface-Comunicação, Saúde, Educação*, v. 10, n. 20, p. 517-524, 2006.

LINO, C.M. et al. O impacto da depressão pós-parto no aleitamento materno e no desenvolvimento infantil: uma revisão integrativa. **Nursing.**, v. 23, n. 260, p. 3507-3511, 2020.

MOSCA, F.; GIANNÌ, M. L. Leite humano: composição e benefícios para a saúde. **La Pediatria Medica e Chirurgica.**, v. 39, n. 2, 2017.

SNYDER, K; WORLTON, G. Apoio social durante o COVID-19: Perspectivas das mães que amamentam. **Remédio para amamentação**, v. 16, n. 1, 2021.

WIERSINGA, W.J. et al. Fisiopatologia, Transmissão, Diagnóstico e Tratamento da Doença por Coronavírus 2019 (COVID-19): Uma Revisão. **Jama.** 2020., v. 324, n. 8, p. 782-793, 2020.

MOTIVAÇÕES PARA AS ESCOLHAS ALIMENTARES DE ESTUDANTES DE UM CURSO DE NUTRIÇÃO

CARVALHO, Liz¹; VILELA, Lana Mara Araujo¹; OLIVEIRA, Carlos Roberto Junior¹;
DETREGIACHI, Cláudia Rucco Penteado².

1-Academico do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Marília – Unimar.

2- Docente do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Marília – Unimar. Docente do Programa de Mestrado Interdisciplinar em Interações Estruturais e Funcional na Reabilitação - UNIMAR.

E-mail da orientadora: claurucco@gmail.com

RESUMO

Introdução: Entender por que as pessoas comem e o que comem é fundamental para desenvolver recomendações nutricionais que sejam capazes de modificar padrões alimentares inadequados e disfuncionais. **Objetivo:** Avaliar as motivações para escolhas alimentares de estudantes de um curso de Nutrição. **Material e métodos:** A amostra do estudo será composta pelos alunos regularmente matriculados do 1º ao 4º ano do curso de Nutrição da Universidade de Marília – Unimar. Serão excluídos desta amostra aqueles que apresentarem idade inferior a 18 anos. Os dados sociais e demográficos dos estudantes serão obtidos por meio de um questionário e a avaliação da motivação alimentar por meio da “*The Eating Motivation Survey – TEMS*”, na sua versão reduzida. Esta versão é composta por 45 questões, no formato *Likert*, com pontuação de 1 a 5, sendo 1–nunca, 2– raramente, 3– às vezes, 4– frequentemente e 5– sempre. Sua apresentação tem a declaração “*eu como o que eu como ...*” seguida de uma lista de itens, distribuídos em 15 dimensões gerais relacionadas às motivações alimentares: preferência, hábitos, necessidade e fome, saúde, conveniência, prazer, alimentação tradicional, questões naturais, sociabilidade, preço, apelo visual, controle de peso, controle de emoções, normas sociais e imagem social. 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, desvio padrão, mediana, mínimo, máximo e percentis, conforme o perfil da análise. As variáveis categorizadas serão apresentadas em frequências e percentuais. Para avaliar as diferenças e a associação das variáveis estudadas serão utilizados testes estatísticos apropriados, dependendo da variância dos dados a serem analisados. A significância considerada será 5% ($p \leq 0,05$) para as operações efetuadas. O presente estudo terá início somente após a apreciação e aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Marília- Unimar.

Palavras-chave: Comportamento alimentar. Estudante. Motivação. Saúde.

INTRODUÇÃO

A importância que hoje têm as perturbações alimentares e a obesidade, dada a sua crescente prevalência e as implicações para a saúde, veio dar ênfase à investigação sobre o comportamento alimentar enquanto elemento fundamental para a compreensão destas doenças. O comportamento alimentar envolve não só o ato de ingestão, mas também os fatores psicossociais associados à seleção e à decisão de quais alimentos consumir (VIANA, 2003).

Embora os temas nutrição e alimentação estejam cada vez mais em pauta, as informações estejam mais acessíveis e a ciência em constante evolução, persiste uma visão restrita e dicotômica do que é saudável e não saudável, dos alimentos bons e ruins, na qual o prazer em comer é muitas vezes associado à culpa. Esse contexto não promove a mudança de comportamento e não torna as pessoas mais saudáveis. Pelo contrário, os índices de doenças

crônicas, transtornos alimentares e obesidade não param de aumentar, e a qualidade da alimentação do brasileiro tem piorado (ALVARENGA et al., 2015).

A análise do comportamento estuda este a partir da interação entre organismo e ambiente, em uma aplicação do modelo evolucionista de Charles Darwin, e foi formulada pelo psicólogo americano Skinner (1904-1990). Seu foco está nas condições ambientais em que o indivíduo se encontra, suas reações a essas condições, as consequências que essas reações trazem e os efeitos produzidos por essas consequências. O comportamento é, nesse sentido, definido como uma “relação interativa de transformação mútua entre o organismo e o ambiente que o cerca, na qual os padrões de conduta são naturalmente selecionados em função de seu valor adaptativo” – ou seja, o comportamento é o produto conjunto da história de aprendizagem do sujeito (ALVARENGA et al., 2015).

O conceito de restrição contém dois aspectos da maior importância para a compreensão do comportamento alimentar. Um é que os sujeitos restritivos apresentarão, em geral, um padrão alimentar caracterizado por ciclos de dieta e restrição intercalados por ciclos de desinibição. Ou seja, os sujeitos conseguem controlar a fome e o desejo, com esforço da vontade, mas de vez em quando deixam-se vencer pelo desejo e comem sem controle. Outro são os sujeitos não-restritivos, os quais não se preocupam em controlar o desejo pela comida, nem tampouco com a adequação do peso, apenas mantem a ingestão em função da sua fome e saciedade (HERMAN; POLIVY, 1980).

Os restritivos e os não-restritivos distinguem-se ainda no modo como reagem após uma primeira ingestão de nutrientes. Quando depois de ingerirem uma refeição são novamente apresentados alimentos, os restritivos tendem a comer demais. Este efeito foi denominado “contra regulação”. Pelo contrário, os não-restritivos tendem a comer menos após uma primeira ingestão, regulando, portanto, a segunda ingestão em função da primeira (HERMAN; POLIVY, 1980).

Não se deve pensar que a causa de um comportamento é necessariamente imediata. Existe, na verdade, uma explicação que incorpora a história da espécie, do indivíduo e da cultura. A análise é feita, portanto, sobre o produto integrado desses processos históricos. A análise do comportamento é, então, uma ciência preocupada com a prática e a função das coisas; não necessariamente com o intuito de extinguir um dado comportamento disfuncional, mas de avaliar as razões pelas quais ocorre, como implementar novos comportamentos e de que maneira isso pode ser útil na real vivência do indivíduo (ALVARENGA et al., 2015).

Sem a compreensão correta do que significa comportamento alimentar, o foco da abordagem nutricional pode ser inadequado, especialmente quando o objetivo é promover mudança de comportamento efetiva. Dentro de uma abordagem ampla em nutrição, objetiva-se que o paciente ou cliente alcance adequação ou melhora em vários aspectos (consumo, estrutura, comportamentos, relação com a comida) que se comunicam. É importante ressaltar que parâmetros clínicos não são comportamentos, assim como o peso não é comportamento, portanto esses não são o foco do tratamento direcionado à mudança comportamental (ALVARENGA et al., 2015).

Estudos mostram que alguns grupos estão mais suscetíveis a transtornos alimentares como mulheres jovens, profissionais ligados a moda, nutricionistas, profissionais da educação física e universitários em geral. Possivelmente esta realidade esteja ligada ao fato de que esses grupos sofram uma maior demanda por um corpo magro (MAGALHÃES, MENDONÇA, 2005; KIRSTEN; FRATTON; PORTA, 2009; OLIVEIRA et al., 2019).

Isso se torna particularmente preocupante no caso das futuras nutricionistas, já que elas pretendem trabalhar em promoção da saúde mediante o estímulo de hábitos alimentares saudáveis. Entretanto, de maneira geral, estudantes de Nutrição em semestres mais avançados apresentam melhores hábitos alimentares que estudantes do primeiro ano, o que pode ser atribuído ao aumento do conhecimento na área. Dessa forma, é de se esperar que, com o

passar do curso, essas alunas passem a alimentar-se adequadamente, com consequente recuperação do estado nutricional (LAUS; MOREIRA; COSTA, 2009).

Entender por que as pessoas comem o que comem é fundamental para desenvolver recomendações nutricionais que sejam capazes de modificar padrões alimentares inadequados e disfuncionais. Esse entendimento pode ser avaliado por meio de instrumentos. Dentre os existentes nessa área, a *The Eating Motivation Survey* (TEMS) permite a identificação de fatores determinantes das motivações para comer e escolhas alimentares (MORAES; ALVARENGA, 2017).

OBJETIVOS

OBJETIVO GERAL

Avaliar as motivações para escolhas alimentares de estudantes de um curso de Nutrição.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Descrever as características sociais e demográficas dos estudantes;
- Conhecer o estágio do curso de graduação em que se encontra o estudante;
- Levantar as motivações que determinam suas escolhas alimentares;
- Investigar a associação entre fatores sócio demográficos e estágio do curso de graduação com as motivações para escolha alimentar desses estudantes.

MATERIAL E MÉTODOS

Este projeto refere-se a uma pesquisa do tipo clínica, com desenho primário, abordagem quantitativa, de inferência observacional e período transversal.

A amostra do estudo será composta pelos alunos regularmente matriculados do 1º ao 4º ano do curso de Nutrição da Universidade de Marília – Unimar. Serão excluídos desta amostra aqueles que apresentarem idade inferior a 18 anos.

Os alunos que se enquadrarem nos critérios de inclusão do estudo serão convidados a participar do estudo com o recebimento de informações detalhadas sobre a natureza da investigação e o seu envolvimento caso aceite participar da mesma. Os interessados assinarão um termo de consentimento livre e esclarecido indicando seu aceite em participar da coleta de dados da pesquisa. Essa abordagem será feita em sala de aula em dia e horário previamente combinado com o professor responsável pela turma naquele respectivo dia.

Os dados sociais e demográficos dos estudantes serão obtidos por meio de um questionário aplicado pela equipe de pesquisa no momento inicial da coleta de dados após a recolhimento da TCLE já assinado pelo estudante.

Em seguida, para avaliação da motivação alimentar será aplicado a “*The Eating Motivation Survey* – TEMS”, na sua versão reduzida. A escolha por este instrumento está baseada no fato de este ter sido elaborado por pesquisadores alemães a partir de um conjunto de estudos que objetivaram não apenas reunir os diferentes motivos relacionados as escolhas alimentares presentes em outros instrumentos, mas também ampliar o entendimento de entrevistas com profissionais como nutricionistas, psicólogos, além das considerações dos próprios autores. Como resultado obteve-se um instrumento que abrange as dimensões necessárias para avaliar as motivações para comer e escolhas alimentares (RENNER et al., 2012) o qual já passou pelo processo de tradução, adaptação transcultural e validação para o Brasil (ANABWANI; NAVARIO, 2004; MORAES; ALVARENGA, 2017).

Na versão reduzida da TEMS a escala é composta por 45 questões, podendo ser auto preenchida, no formato *Likert*, com pontuação de 1 a 5, sendo 1–nunca, 2– raramente, 3– às vezes, 4– frequentemente e 5– sempre (ANEXO A). Sua apresentação tem a declaração “*eu como o que eu como ...*” seguida de uma lista de itens, distribuídos em 15 dimensões gerais relacionadas às motivações alimentares: preferencia, hábitos, necessidade e fome, saúde,

conveniência, prazer, alimentação tradicional, questões naturais, sociabilidade, preço, apelo visual, controle de peso, controle de emoções, normas sociais e imagem social (MORAES, 2017).

Durante o tempo da coleta de dados, sócio demográficos e da avaliação da motivação alimentar, a equipe da pesquisa permanecerá na sala de aula para sanar possíveis dúvidas dos participantes. Ao final, a equipe recolherá os instrumentos de coleta de dados.

Os dados coletados serão armazenados numa planilha de Excel para posterior uso na análise estatística. 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, desvio padrão, mediana, mínimo, máximo e percentis, conforme o perfil da análise. As variáveis categorizadas serão apresentadas em frequências e percentuais. Para avaliar as diferenças e a associação das variáveis estudadas serão utilizados testes estatísticos apropriados, dependendo da variância dos dados a serem analisados. A significância considerada será 5% ($p \leq 0,05$) para as operações efetuadas.

O presente estudo terá início somente após a apreciação e aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Marília- Unimar.

HIPÓTESE

Com o aumento do conhecimento sobre os alimentos, estudantes do curso de Nutrição em estágios mais avançados apresentam o domínio “saúde” como principal motivação, embora, pela idade jovem, eles podem também usar a “beleza” ou “convívio social” como motivações para as escolhas alimentares.

REFERÊNCIAS

ALVARENGA, M. et al. **Nutrição comportamental**. Editora Manole, 2015.

ANABWANI, G.M.B.; NAVARIO, P.C.B. Nutrition and HIV/AIDS in sub-Saharan Africa: an overview. **Nutrition**, v. 21, n. 1, p. 96-99, 2005.

HERMAN, C.; POLIVY, J. Restrained eating. In: A. STUNKARD (Ed.). **Obesity**. Philadelphia: Saunders, 1980, 208-225 p.

KIRSTEN, V.R.; FRATTON, F.; PORTA, N.B.D. Transtornos alimentares em alunas de nutrição do Rio Grande do Sul. **Rev Nutr**, v. 22, n. 2, p. 219-227, 2009.

LAUS, M.F.; MOREIRA, R.C.M.; COSTA, T.M.B. Diferenças na percepção da imagem corporal, no comportamento alimentar e no estado nutricional de universitárias das áreas de saúde e humanas. **Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul**, v. 31, n. 3, p. 192-196, 2009.

MAGALHÃES, V. M.; MENDONÇA, G. A. S. Transtornos alimentares em universitárias: estudo de confiabilidade da versão brasileira de questionários autopreenchíveis. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 8, n.3, p.236-245, 2005.

MORAES, J.M.M. **Porque as pessoas comem o que comem?** Comparação das motivações para comer entre dois contextos socioeconômicos dispare no Brasil [dissertação]. São Paulo: Faculdade de Saúde Pública, Universidade de São Paulo; 2017.

MORAES, J.M.M.; ALVARENGA, M.S. Adaptação transcultural e validade aparente e de conteúdo da revisão reduzida da The Eating Motivation Survey (TEMS) para o Português do Brasil. **Cad Saude Publica**, v. 33, n. 10, p. 1-12, 2017.

OLIVEIRA, T.C. et al. Comportamento alimentar e imagem corporal em universitárias do curso de nutrição. **Sigmae**, v.8, n.2, p. 771-778, 2019.

RENNER, B. et al. Why we eat what we eat. The Eating Motivation Survey (TEMS). **Appetite**, v. 59, n. 1, p. 117-128, 2012.

VIANA, V.; SINDE, S. Estilo alimentar: Adaptação e validação do questionário holandês do comportamento alimentar. **Psicologia: Teoria, Investigação e Prática**, v. 8, n. 1-2, p. 59-71, 2003.

ANEXO A - The Eating Motivation Survey (TEMS) versão Português.

Item	1	2	3	4	5
...porque eu tenho fome	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
... porque é gostoso	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
... porque eu tenho vontade de comer	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...porque é rápido de preparar	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...porque eu estou frustrado(a)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...porque tem poucas calorias	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...porque é barato	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...porque me mantém com energia e motivação	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
... porque está na moda	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...porque eu conheço o produto	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...porque pertence a certas situações	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...porque estou triste	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...porque eu controlo meu peso	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...por tradição (exemplo: tradição de família, ocasiões especiais)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...porque faz parte de uma situação social	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...para me dar algo realmente especial	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...para ter uma alimentação equilibrada	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...porque me satisfaz a fome de forma agradável	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...porque seria indelicado não comer	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...porque é orgânico	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...	...	...	...	...	...
...porque é conveniente	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...porque me dá prazer	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...porque eu gosto	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...porque a apresentação é atraente (exemplo: embalagem)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...para evitar decepcionar alguém que está tentando me agradar	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...porque é natural	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...para que eu possa passar tempo com outras pessoas	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...porque eu não quero gastar muito dinheiro	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...porque não contém substâncias Prejudiciais (por exemplo: pesticidas, poluentes, antibióticos)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...porque me chama logo a atenção (apresentação no supermercado, é colorido)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...porque me faz passar uma boa imagem para os outros	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...porque tenho que comer	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...porque é fácil de preparar	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...porque os encontros sociais ficam mais agradáveis	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...porque eu reconheço das propagandas ou já vi na TV	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...porque eu preciso de energia	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...porque me sinto sozinho(a)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...porque tem pouca gordura	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...para me recompensar	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...porque é o que geralmente como	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...porque está em promoção	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...porque os outros gostam disso	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...porque eu cresci comendo assim	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...porque é saudável	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
...porque eu estou acostumado a comer isso	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)

ESTUDO COMPARATIVO DA ACURÁCIA DE FORMULAS PARA ESTIMATIVA DE PESO EM ADOLESCENTES

GIMENES, Eduardo Aznar¹; ROSSI, Karolen Santana¹; SILVA, Lucas Roberto Novais Sá Teles¹; DOS SANTOS, Marcus Vinicius Zambelo¹; CORACINI, Daniel Meyer²; TEIXEIRA, Daniel De Bortoli³; DETREGIACHI, Cláudia Rucco Penteado³.

1-Acadêmico do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Marília – Unimar.

2-Nutricionista da Santa Casa de Marília.

3-Docente do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Marília – Unimar. Docente do Programa de Mestrado Interdisciplinar em Interações Estruturais e Funcional na Reabilitação - UNIMAR.

E-mail da orientadora: claurucco@gmail.com

RESUMO

Introdução: A avaliação do estado nutricional é realizada para identificar o diagnóstico nutricional e observar possíveis situações de risco. O peso é considerado uma medida simples, é representado pela combinação de todos os componentes corporais. Pacientes acamados que não são capazes de se deslocarem até uma balança necessitam de uma outra abordagem como a utilização de fórmulas para estimativa de peso corporal. Fórmulas baseadas na idade foram desenvolvidas ao longo dos anos, porém essas realizam a estimativa de peso esperado ou ideal. Com o intuito de estimar o peso real deste grupo etário, foram desenvolvidas equações que utilizam medidas antropométricas, como a circunferência do braço como poder de explicação desse peso real. **Objetivo Geral:** Avaliar a acurácia de diferentes fórmulas de estimativas de peso real em adolescentes brasileiros. **Material e Métodos:** Esse projeto trata de uma pesquisa metodológica, de origem primária, analítica, de interferência observacional, e período transversal, sendo de centro único e quantitativo utilizando como base em um banco de dados criado em 2018, contendo dados de 662 adolescentes (10 a 19 anos), do qual será utilizado uma amostra de 30% (n=200) do total que possibilita a aplicação de fórmulas de estimativa de peso e testes estatísticos que indiquem a concordância entre os pesos medido e estimado pelas fórmulas AUSTRALIAN RESUSCITATION COUNCIL (2016), SHANN (2010) e “Fórmulas de Rucco” (CORACINI, 2021), além da magnitude dos erros de cada equação. A partir dos dados de peso medido e o estimado por cada uma das fórmulas em análise, serão estimados os resíduos (erros) e realizada a comparação entre os valores por meio do teste *t* de Student pareado. Em seguida cada fórmula será testada e validada quanto a concordância entre os dois valores de peso (aferido e estimado) utilizando análise descritiva, diferença média entre o mensurado e os estimados e o respectivo intervalo de confiança de 99% (IC99%) e teste *t* de Student para amostras pareadas. Na análise de concordância será utilizado o coeficiente de determinação (R^2), raiz do erro quadrático médio (REQM), coeficiente de correlação intra-classe (CCI) e seus respectivos IC99%. Para verificar a magnitude dos erros de cada equação, será utilizada a análise gráfica dos resíduos padronizados e o teste de Kolmogorov-Smirnov para verificar a aderência dos resíduos à curva normal. Será adotado como valor de significância para todas as análises $p \leq 0,01$. As análises descritivas serão expressas por frequências absoluta e relativa para as variáveis qualitativas, e média, desvio padrão e valores mínimo e máximo para as quantitativas. Esse projeto de pesquisa será submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Marília, por meio da Plataforma Brasil, tendo início apenas após o parecer final de aprovação. **Palavras-chave:** Estimativa. Fórmulas. Peso real.

INTRODUÇÃO

O peso é considerado uma medida simples, representa a combinação de todos os componentes corporais como fluidos corporais, massa de gordura, massa óssea e massa muscular, além de estar relacionado com o equilíbrio proteico-energético do indivíduo (DEURENBERG, 2003). É um indicador muito útil na avaliação de crianças e adolescentes pois consegue avaliar alterações fisiológicas, como mudança de ingestão de energia ou ocorrência de doenças que estejam afetando o metabolismo. A deficiência de peso causa impacto na morbimortalidade e no aprendizado de crianças (PIMENTA et al., 2018).

Entretanto, pacientes acamados que não são capazes de se deslocarem até uma balança necessitam de uma outra abordagem do profissional como a utilização de fórmulas para estimativa de peso corporal e estatura (RABITO et al., 2006).

Ademais, em departamentos de emergências pediátricas pesar pode ser uma necessidade, embora evidências demonstrem que essa não é uma prática rotineira, o que gera preocupação se as doses de medicamentos administradas estão adequadas ao peso real das crianças (GREIG; RYAN; GLUCKSMAN, 1997). O dado do peso atual é importante para minimizar a probabilidade de sub ou sobredosagem com os consequentes efeitos negativos (HOYLE et al., 2012), visto que as doses de medicamentos em crianças são comumente baseadas em seu peso corporal. Administrar corretamente as doses de medicamentos em emergências pediátricas requer a conclusão simultânea de várias tarefas para atingir um único objetivo, a entrega de uma dose de medicamento terapêutico. Além da logística exigida por cálculos, a obtenção do peso em unidades de emergência pediátrica é complicada por ser um ambiente de alto estresse, tempo limitado e, muitas vezes, recursos limitados (LUTEN; ZARITSKY, 2008; YOUNG; KOROTZER, 2016). O peso também é utilizado na determinação da energia para desfibrilação e tamanho para o equipamento de emergência, o que aponta que o peso corporal é necessário na gestão clínica diária (YOUNG; KOROTZER, 2016).

Frente a tais limitações, fórmulas baseadas na idade foram desenvolvidas ao longo dos anos como um método prático e simples para a estimativa do peso de crianças e adolescentes. Entretanto, dado seu princípio, essas fórmulas realizam a estimativa de peso esperado ou ideal (ARGALL et al., 2003; LUSCOMBE; OWENS, 2007; TINNING; ACWORTH, 2007; BIARENT et al., 2010; SAMUELS; WIETESKA, 2011) visto serem baseadas na idade. Com o intuito de estimar o peso real deste grupo etário, foram desenvolvidas equações que utilizam medidas antropométricas, como a circunferências do braço (CATTERMOLLE et al., 2010; CATTERMOLLE; GRAHAN; RAINER, 2017) e do pescoço (CORACINI, 2021) como poder de explicação desse peso real.

OBJETIVOS

Objetivo Geral

Avaliar a acurácia de diferentes fórmulas de estimativas de peso em adolescentes brasileiros.

Objetivos específicos

- Comparar o peso medido em adolescentes com o estimado por meio de diferentes fórmulas;
- Aplicar testes estatísticos para avaliar a concordância entre os dois valores;
- Aplicar testes estatísticos para avaliar a magnitude dos erros de cada equação;
- Avaliar a(s) a validade de fórmula(s) para a estimativa de peso em adolescentes brasileiros.

MATERIAL E MÉTODOS

Esse projeto trata-se de uma pesquisa metodológica, de origem primária, analítica, de interferência observacional e período transversal, sendo de centro único e quantitativo.

Será desenvolvido com base em um banco criado na coleta de dados de um projeto primário aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Marília (Parecer número 2.083.553). Esse projeto primário, gerou um banco de dados com 662 adolescentes (10 a 19 anos), do qual será utilizado uma amostra de 30% (n=200) do total que possibilita a aplicação de fórmulas de estimativa de peso e testes estatísticos que indiquem a concordância entre os pesos medido e estimado pelas fórmulas além da magnitude dos erros de cada equação.

Esse banco de dados será disponibilizado à equipe de pesquisadores deste estudo após retirada de todas as informações que permitam a identificação dos participantes, o que impossibilitará o compartilhamento de dados pessoais sensíveis com os pesquisadores. Com efeito, teremos os dados anonimizados e desta forma os pesquisadores terão acesso as informações necessárias no nível individual, imprescindíveis para executar os cálculos e testes estatísticos que serão usados nesta pesquisa sem infringir a Lei Geral de Proteção de Dados Pessoais (LGPD) - Lei nº 13.709, de 14 de agosto de 2018 (BRASIL, 2018).

Portanto, uma vez que está descaracterizado o compartilhamento de dados pessoais sensíveis com os pesquisadores, apoia-se a solicitação de uso do banco de dados do estudo anterior e dispensa do termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE).

Os adolescentes desse banco de dados são de ambos os sexos, com idade entre 10 e 19 anos, recrutados em escolas públicas e particulares da cidade de Marília - SP, Brasil, mediante prévia autorização dos dirigentes escolares. A participação dos adolescentes esteve condicionada à assinatura do TCLE pelos seus pais ou responsáveis indicando sua ciência e autorização.

Dos participantes foram levantadas informações de raça, sexo e data de nascimento registradas na ficha de matrícula. Adicionalmente foram coletadas as medidas antropométricas de peso, estatura, circunferência da cintura (CC) e circunferência do pescoço (CP), calculado os índices de massa corpórea (IMC) e de conicidade (IC) e avaliado o estágio de maturação sexual do adolescente. Dentre estas informações, neste estudo serão utilizados apenas as informações do sexo, data de nascimento, peso, estatura e CP.

A aferição das medidas antropométricas foi realizada de acordo com as técnicas preconizadas (LOHMAN; ROCHE; MARTORELL, 1988; GIBSON, 2005).

Para a realização dos objetivos deste estudo, serão utilizadas as fórmulas que se enquadram no espectro de idade disponível neste banco, que é de 10 a 19 anos (Quadro 1), cujos valores estimados por elas serão comparados e analisados em relação ao peso medido.

Quadro 1 – Fórmulas para estimativa de peso de crianças e adolescentes a serem avaliados neste estudo.

Citação/Nome	Fórmulas	Faixa etária	População validada
AUSTRALIAN RESUSCITATION COUNCIL (2016)	$3,3 \times \text{idade [anos]}$	Mais de 10 anos	Adotado na Austrália e Nova Zelândia.
SHANN (2010)	$3 \times \text{idade [anos]}$	Mais de 10 anos	Utilizada na Austrália.
“Fórmulas de Ruco” (CORACINI, 2021)	$-131,63091 + (0,00209 \times I) + (37,57813 \times E) + (3,71482 \times CP)$ $-15,2854 + (-0,00414 \times I) + (14,30315 \times E^2) + (0,04888 \times CP^2)$	Meninas de 10 a 19 anos Meninos de 10 a 19 anos	Brasileira.

			
--	---	--	--

A partir dos dados de peso medido e o estimado por cada uma das fórmulas em análise, serão estimados os resíduos (erros) e realizada na comparação entre os valores por meio do teste *t* de Student pareado.

Em seguida cada fórmula será testada e validada quanto a concordância entre os dois valores de peso (aferido e estimado) utilizando análise descritiva, diferença média entre o mensurado e os estimados e o respectivo intervalo de confiança de 99% (IC99%) e teste *t* de Student para amostras pareadas. Na análise de concordância será utilizado o coeficiente de determinação (R^2), raiz do erro quadrático médio (REQM), coeficiente de correlação intra-classe (CCI) e seus respectivos IC99%. Para verificar a magnitude dos erros de cada equação, será utilizada a análise gráfica dos resíduos padronizados e o teste de Kolmogorov-Smirnov para verificar a aderência dos resíduos à curva normal. Será adotado como valor de significância para todas as análises $p \leq 0,01$.

As análises descritivas serão expressas por frequências absoluta e relativa para as variáveis qualitativas, e média, desvio padrão e valores mínimo e máximo para as quantitativas. O software R será utilizado para a realização das análises estatísticas.

Esse projeto de pesquisa será submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Marília, por meio da Plataforma Brasil, tendo início apenas após o parecer final de aprovação.

HIPÓTESES

As fórmulas que utilizam medidas corporais são as mais acuradas em relação ao peso real, comparando com fórmulas baseadas na idade. As “Fórmula de Rucco” têm maior chance de serem as mais acuradas por terem sido propostas e validadas na população brasileira.

REFERÊNCIAS

ARGALL; J.A.W. *et al.* A comparison of two commonly used methods of weight estimation. **Archives of Disease in Childhood**, Manchester, v.88, n.9, p.789–790, out, 2003.

AUSTRALIAN RESUSCITATION COUNCIL. **ANZCOR Guideline 12.3** – Flowchart for the Sequential Management of Life-Threatening Dysrhythmias in Infants and Children.

Australia, 2016. Disponível em:

<https://secureservercdn.net/198.71.190.10/777.066.myftpupload.com/download/section_12/anzcor-guideline-12-3-paed-flowchart-jan16.pdf> Acesso em: 09 de março. 2021.

BIARENT, D. *et al.* European resuscitation council guidelines for resuscitation 2010 Section 6. **Paediatric life support. Resuscitation, Belgium**, v.81, n.10, p.1364-1388, 2010.

BRASIL. **Lei nº. 13.709, de 14 de agosto de 2018.** Dispõe sobre a proteção de dados pessoais e altera a Lei nº 12.965, de 23 de abril de 2014 (Marco Civil da Internet). Disponível em:

<http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2018/lei/l13709.htm>. Acesso em: 30 março 2021.

CATTERMOLE, G.N. et al., Mid-arm circumference can be used to estimate children's weights. **Resuscitation, Hong Kong**, v.81, n.9, p.1105–1110, set. 2010.

CATTERMOLE, G.N.; GRAHAM, C.A.; RAINER, T.H. Mid-arm circumference can be used to estimate weight of adult and adolescent patients. **Emergency Medicine Journal, Rwanda**, v.34, n.4 p.231–236, apr. 2017.

CORACINI, D.M. **Proposta e validação de equação para estimativa de peso em adolescentes**. 2021. Dissertação (Mestrado em Interações Estruturais e Funcionais na Reabilitação) – Universidade de Marília - Unimar, Marília - São Paulo, 2021

DEURENBERG, P. Validation of body composition methods and assumptions. **British Journal of Nutrition**, v. 90, p. 485-486, 2003.

GIBSON, R.S. **Principles of nutritional assessment**. 2ª Ed, Oxford, 2005.

GREIG, A., RYAN, J.; GLUCKSMAN, E. How good are doctors at estimating children's weight? **Emergency Medicine Journal**, v.14, n.2, p. 101–103, 1997.

HOYLE, J.D. *et al.* Medication dosing errors in pediatric patients treated by emergency medical services. **Prehospital Emergency Care**, v.16, n.1, p. 60, 2012.

LOHMAN, T.G.; ROCHE, A.F; MARTORELL, R. **Anthropometric standardization reference manual**. Illinois, 1988.

LUSCOMBE, M.; OWENS, B. Weight estimation in resuscitation: is the current formula still valid? **Archives of Disease in Childhood**, Sheffield, v.92, n.5, p.412–415, 2007.

LUTEN, R.; ZARITSKY, A. The Sophistication of Simplicity...Optimizing Emergency Dosing. **Academic Emergency Medicine**, v.15, n.5, p.461–465, 2008.

PIMENTA, F. S. *et al.* Agreement between Subjective Global Nutritional Assessment and the nutritional assessment of the World Health Organization. **Jornal de Pediatria**, v. 94, n. 6, p. 602-608, nov. 2018.

RABITO, EI. *et al.* Weight and height prediction of immobilized patients. **Rev Nutr**, v.19, n.6, p.655-61, 2006.

SAMUELS, M.; WIETESKA, S. **Advanced Paediatric Life Support: The Practical Approach**. 5th edn., Manchester, Chichester: Wiley-Blackwell, 2011.

SHANN F. **Drug Doses**, 15ª ed., Parkville, Vic: Collective Pty Ltda., 2010.

TINNING, K.; ACWORTH, J. Make your Best Guess: an updated method for paediatric weight estimation in emergencies. **Emergency Medicine Australasia, Australia**, v.19, n.6, p.528–534, dec, 2007.

YOUNG KD, KOROTZER NC. Weight estimation methods in children: A systematic review.
Ann. Emerg. Med., v. 68, n.4, p.441–51, 2016.

ELABORAÇÃO E AVALIAÇÃO SENSORIAL DE UM MACARRÃO SEM GLÚTEN A BASE DE ABÓBORA CABOTIÃ, ENRIQUECIDO COM *PERESKIA ACULEATA*

FERREIRA, Giulia Maria Boaro¹; PEIXOTO, Maria Julia Daniel¹; SILVA, Stefanie Lanza¹; SILVA, Bruna Lima da²; MARINELLI, Paulo Sergio²; MARCONATO, Mara Silvia Foratto².

1-Acadêmico do curso de graduação em nutrição da Universidade de Marília-UNIMAR.

2-Docente do curso de graduação em nutrição da Universidade de Marília-UNIMAR.

E-mail da orientadora: marasfmarconato@gmail.com

RESUMO

Atualmente, a doença celíaca é muito comum no Brasil, como também, em outras partes do mundo. Essa patologia é uma doença autoimune, desencadeada pela ingestão de alimentos que contenham glúten e seu tratamento é exclusivamente dietético. Da mesma maneira que a dieta sem glúten, o vegetarianismo estrito apresenta uma ascensão em seu número de adeptos e trazer benefícios na prevenção de algumas doenças. No entanto, pode gerar deficiências nutricionais em macronutrientes e/ou micronutrientes. Dentre os macronutrientes, a proteína pode ser a principal deficiência, pelo fato de vegetarianos estritos não consumirem alimentos de origem animal. Com relação aos micronutrientes, pode apresentar a deficiência de ferro, vitamina A, vitamina B12, dentre outros. Diante do exposto, observa-se que o Brasil apresenta uma variedade de plantas convencionais e plantas não convencionais, as quais são excelentes fontes de nutrientes. Dentre as não convencionais, por exemplo, a *Pereskia aculeata*, popularmente conhecida como ora-pro-nóbis (OPN). O macarrão é um produto obtido por meio de processos mecânicos de amassamento, resulta em um empasto com farinha de trigo, podendo ser derivado também de outros cereais, leguminosas, raízes, tubérculos pode-se, ainda, ser acrescentados de outros ingredientes. Tendo em vista o breve exposto, o objetivo da pesquisa será desenvolver e avaliar a qualidade sensorial de massas tipo macarrão, vegetarianas e sem glúten, a base de abóbora cabotiã e enriquecida com OPN. O projeto passará pela apreciação do comitê de ética em pesquisa, por meio da plataforma Brasil e os participantes assinarão um termo de consentimento livre e esclarecido. Os produtos serão desenvolvidos no Laboratório de Técnica e Dietética da Unimar. Em seguida será feita a análise físico-química nos laboratórios da farmácia industrial da universidade, para a determinação da composição centesimal das formulações. Participarão da pesquisa com julgadores não treinados, alunos matriculados na Unimar. Dentre estes, serão excluídos da análise sensorial, julgadores com idade inferior a 18 anos e que apresentarem algum tipo de alergia aos ingredientes utilizados na formulação, identificados na ficha de recrutamento. Os julgadores da pesquisa farão a avaliação sensorial de duas formulações elaboradas com diferentes quantidades de OPN, uma com 2 % (Formulação 1) e outra com 2,5% (Formulação 2). O teste sensorial será aplicado em uma sala de aula no bloco 11, na UNIMAR, a qual será preparada e higienizada de acordo com os protocolos de segurança para COVID-19. Após a realização da pesquisa, os dados serão contabilizados e analisados sobre a aceitação do produto, índice de aceitabilidade e intenção de compra. O tratamento estatístico dos dados quantitativos será realizado com o apoio do programa BioEstat 5.3. O nível de significância adotado será de 5% ($p < 0,05$).

Palavras-chave: Análise de Produtos. Ora-pro-nóbis. Vegetariano.

INTRODUÇÃO

Atualmente, a doença celíaca é considerada a doença de saúde pública mais comum no Brasil, assim como em outras partes do mundo. Essa patologia é uma doença autoimune, desencadeada pela ingestão de alimentos que contenham glúten e possuam um tratamento

exclusivamente dietético, o qual consistindo na exclusão da proteína presente em cereais como trigo, centeio, cevada, aveia e seus derivados (ARAÚJO et al., 2010).

Cabe enfatizar, que as fontes de glúten estão presentes nas preparações comuns e de fácil acesso a população, o que dificulta a adesão da dieta sem glúten, tanto por não conter receitas, como também por não conter nos produtos das gôndolas, de fácil acesso, sem a presença do glúten (BIESIEKIERSKI, 2017).

Assim como a dieta sem glúten, o vegetarianismo apresenta uma ascensão em seu número de adeptos, sendo o motivo, como, os benefícios à saúde. Porém o crescimento do vegetarianos se destaca, principalmente, entre os jovens e mulheres por aspectos ecológicos e/ou por ética sobre os animais (CRAIG, 2009).

Segundo Craig (2009), o vegetarianismo pode trazer benefícios na prevenção de doença cardiovascular, osteoporose e diabetes tipo 2, ademais, poderá provocar deficiências nutricionais de macronutrientes e micronutrientes. Dentre os nutrientes, a proteína considera-se a principal deficiência, pelo fato dos indivíduos não consumirem alimentos de origem animal. Com relação aos micronutrientes, temos a deficiência de ferro, vitamina A, vitamina B12, entre outros.

Diante do contexto, observa-se a presença de variedades de plantas convencionais e não convencionais no Brasil, as quais, são excelentes fontes de nutrientes, por exemplo, a *Pereskia Aculeata* – não convencionais - popularmente conhecida como ora-pro-nóbis (OPN) (NEVES et al., 2020).

A planta supracitada, apresenta folhas comestíveis de alto teor nutricional tanto de micronutrientes como de macronutrientes, por exemplo, vitamina A e vitamina B12; minerais como o ferro; fibras; um alto teor proteico. A OPN se caracteriza como uma hortaliça de grande potencial para suplementação na dieta vegetariana. Comprova-se, ainda, que essa folha pode também ser usada como fonte antioxidante e pró-vitamínica (NEVES et al., 2020).

De acordo com Barbalho et al. (2016), verifica-se que a farinha de ora-pro-nóbis (OPN) reduz o risco de doenças cardiovasculares, diminui o nível de lipídio, o ganho de peso, a gordura visceral e aumenta o HDL-c, além disso, sua farinha é detentora de um alto valor energético.

Não obstante, a receptividade do consumo de OPN não é popular em todas as regiões do país, embora seja de fácil cultivo. A OPN pode agregar à culinária como ingrediente enriquecedor seja ela comum ou não no hábito alimentar brasileiro, qualificando-se como uma boa estratégia para melhorar a oferta de vários nutrientes, tanto de micro como de macronutrientes (MINISTERIO DA AGRICULTURA, PECUARIA E ABASTECIMENTO, 2020)

A ANVISA (2000) estipula que o macarrão é um produto obtido através de processos mecânicos de amassamento de um empasto com farinha de trigo (qualquer tipo), podendo ser derivado também de cereais, leguminosa, raízes, tubérculos e podendo, ainda, ser acrescentado outros ingredientes.

Destarte, Nicolleti (2007), salienta que o macarrão é o alimento mais acessível e fartamente utilizado pelos brasileiros. Por conseguinte, sugere-se que haja uma melhora nutricional, o qual, não interfira em suas características sensorial, além de obter-se uma melhoria nutricional dos produtos no processo de preparação como também, acessível à população.

OBJETIVOS

OBJETIVO GERAL

Desenvolver e avaliar a qualidade sensorial de massas tipo macarrão, sem glúten a base de abóbora cabotiã, enriquecida com OPN e sem adição de produtos de origem animal.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Elaborar massas tipo macarrão a base de abóbora cabotiã, sem glúten e enriquecida com OPN;
- Elaborar duas formulações com diferentes concentrações de OPN;

- Realizar análise físico-química para determinação da composição centesimal;
- Realizar avaliação sensorial pelo teste afetivo de aceitação para os atributos de aparência, aroma, sabor, textura e avaliação global;
- Avaliar a intenção de compra e índice de aceitabilidade desses produtos;
- Popularizar o preparo e consumo da OPN.

MATERIAIS E MÉTODOS

Tipo de Estudo

Trata-se de um estudo primário, experimental, quantitativo, de inferência observacional e de período transversal, sendo uma pesquisa exploratória da elaboração e aceitação de um novo produto.

A secagem das folhas de OPN, será realizada no laboratório de técnica e dietética da universidade de Marília (UNIMAR). As folhas serão higienizadas e desinfetadas por solução com hipoclorito de sódio, diluído de acordo com a instrução do fabricante, por 15 minutos e enxaguadas em água corrente. Em seguida, as folhas serão desidratadas em forno de micro-ondas em potência alta e por último, serão trituradas e peneiradas para obtenção de uma farinha homogênea.

O desenvolvimento das duas formulações e o processo de cocção serão realizados no laboratório de técnica e dietética da UNIMAR- Universidade de Marília.

Ingredientes das formulações das massas tipo macarrão:

Formulação 1: 450g de abóbora cabotiã, 350g de farinha de arroz, 60g de farinha de grão de bico, 20g de amido de milho, 15g de goma xantana, 20g de farinha de ora-pro-nóbis (OPN) e 5g de sal.

Formulação 2: 450g de abóbora cabotiã, 350g de farinha de arroz, 60g de farinha de grão de bico, 20g de amido de milho, 15g de goma xantana, 25g de ora-pro-nóbis (OPN) e 5g de sal.

O preparo iniciará através da cocção da abóbora cabotiã (com casca e fatiadas longitudinalmente) realizada em forno micro-ondas, por 15 minutos. Em seguida, será realizada a etapa de amassamento da abóbora cabotiã, pesagem e mistura dos demais ingredientes: farinha de arroz, farinha de grão de bico, amido de milho, goma xantana e farinha de OPN (em duas quantidades diferentes para cada uma das formulações). Após a mistura dos ingredientes, será realizado o amassamento manual até obter o ponto da massa homogênea. Por último, as massas serão fatiadas manualmente no formato talharim médio.

Para o processo de cocção das massas tipo macarrão, a água adicionada de 5g de sal será aquecida até o ponto de fervura e em seguida será adicionado a massa que passará pelo processo de cozimento durante 3 minutos. O molho que acompanhará a massa tipo macarrão durante a avaliação sensorial será produzido com tomates frescos, azeite, cebola e alho. O processo de produção será feito no laboratório de técnica e dietética da UNIMAR- Universidade de Marília.

A pesquisa será desenvolvida com a avaliação de 100 julgadores não treinados, do gênero masculino e feminino maiores de 18 anos, os quais responderão a um questionário avaliativo referente a análise sensorial das duas formulações elaboradas, para que se identifique o grau de aceitação e intenção de compra dos produtos. A análise sensorial será aplicada em uma sala de aula no bloco 11, na UNIMAR, onde o local será preparado e higienizado dentro dos padrões estabelecidos pela Universidade, na atual situação do COVID – 19. Após a realização da pesquisa, os dados serão tabelados e analisados.

Inicialmente, será distribuído aos julgadores uma ficha de recrutamento, para verificar se existe algum tipo de alergia alimentar relacionada a algum ingrediente do produto. Em seguida os julgadores assinarão um termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) (Apêndice A).

A análise sensorial será realizada por meio da aplicação do teste afetivo por escala hedônica de 9 pontos, sendo o ponto 1 –desgostei muitíssimo e o ponto 9 –gostei muitíssimo (Anexo A), seguida de um teste de intenção de compra.

Para a avaliação sensorial, os julgadores receberão as duas formulações desenvolvidas, com 30g per capita cada formulação, com porcentagens distintas de OPN, uma com 2% (Formulação 1) e outra com 2,5% (Formulação 2) e farão a avaliação.

O presente estudo terá início somente após a apreciação e aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Marília- Unimar.

A pesquisa será desenvolvida com a avaliação de 100 julgadores não treinados, sob prévia autorização da coordenação do respectivo curso de nutrição, da universidade de Marília – UNIMAR. Se aprovado, será agendado uma data e horário para a realização do teste com os devidos julgadores.

Após assinar um termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE), os julgadores farão a avaliação de duas formulações desenvolvidas. Caso o julgador, em algum momento, sentir-se constrangido poderá desistir da pesquisa e também não será obrigado a responder qualquer indagação.

Serão coletados os dados como idade, sexo, ano e termo do curso, análise sensorial e intenção de compra.

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, desvio padrão, mediana, mínimo, máximo e percentis, conforme o perfil da análise. Para avaliar as diferenças e a associação das variáveis estudadas, serão utilizados testes estatísticos apropriados, dependendo da variância dos dados a serem analisados. A significância considerada será 5% ($p \leq 0,05$) para as operações efetuadas.

HIPÓTESE

Acredita-se na aceitabilidade do novo produto, uma massa enriquecida com OPN e seus possíveis benefícios nutricionais.

REFERÊNCIAS

ARAUJO, Halina Mayer Chaves et al. Doença celíaca, hábitos e práticas alimentares e qualidade de vida. **Rev. Nutr.** [Online], v. 23, n.3, pp.467-474, 2010.

BARBALHO, Sandra Maria et al. Pereskia aculeata Miller Flour: Metabolic Effects and Composition. **Journal of medicinal food.** São Paulo: Marília, 2016.

BIESIEKIERSKI, Jessica R. What is gluten? **Jornal of gastroentology and hepatology.** Belgium, v. 32 (Suppl. 1): 78–81, 2017.

BRASIL. Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento. **Hortalças PANCs atraem agricultores que querem diversificar produção de alimentos.** Brasil; 2020. Disponível em: < <https://www.gov.br/agricultura/pt-br/assuntos/noticias/hortalicas-pancs-atraem-a-atencao-de-agricultores-que-querem-diversificar-producao-de-alimentos> > Acesso: 01/04/2021

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Técnico para Fixação de Identidade e Qualidade de Massa Alimentícia.** Brasil; 2000. Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2000/rdc0093_31_10_2000.html> Acesso: 18/03/2021.

CRAING, Winston J, Health effects of vegan dietets, **The American Journal of Clinical Nutrition** , v. 89, Issue 5, May, Pages 1627S – 1633S, 2009.

NEVES, Isabelle Cristina Oliveira et al. Criogel de afinidade hidrofóbica à base de aminoácidos para purificação de proteínas de ora-pro-nobis (*Pereskia aculeata* Miller) folhas, **Journal of Chromatography B**, v. 1161, 2020.

NICOLETTI, Angélica Markus, **Enriquecimento nutricional de macarrão com uso de subprodutos agroindustriais de baixo custo**. Rio Grande do Sul: Santa Maria, 2007.

ALIMENTOS ORGÂNICOS E ALIMENTOS CONVENCIONAIS: tempo de prateleira x custo benefício

PEREIRA DOS SANTOS, Marcos Adriano¹; LOSNAQUE, Maria Carolina Silva¹; SILVA, Mayara Cristine Rosa¹; MILLER, Tânia Corrêa².

1 – Acadêmico do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Marília – Unimar.

2 – Docente do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Marília – UNIMAR.

E-mail da orientadora: tmiller@unimar.br

RESUMO

Alimentos orgânicos são produzidos pela agricultura orgânica, sendo isentos de qualquer tipo de agrotóxico sintético, transgênico ou fertilizantes químicos. Atualmente, os consumidores estão optando por alimentos orgânicos ao invés dos convencionais, pois o consumo de alimentos orgânicos pode ajudar na manutenção da saúde e prevenção de doenças. Contudo, algumas pessoas não possuem acesso a esses alimentos devido à falta de oferta e do preço elevado. Além disso, os produtores e consumidores tem um outro problema que é a vida de prateleira do alimento, que pouco se sabe se dura mais tempo que um alimento convencional. Portanto, o objetivo deste estudo será comparar o tempo de prateleira dos alimentos orgânicos com os convencionais, além de identificar se o custo benefício é interessante para os consumidores. A pesquisa será feita com dois alimentos do grupo das hortaliças, a alface e a cenoura. Serão utilizadas doze amostras de cada alimento cultivados no sistema orgânico e outras doze cultivadas no sistema convencional. As amostras serão adquiridas de três fornecedores em uma cidade do centro oeste paulista, com aquisição de quatro amostras em cada um deles. A compra dos alimentos orgânicos será de fornecedores que possuem a certificação do produto como orgânico. Após a aquisição das hortaliças, cada amostra será acondicionada dentro de sacos plásticos picotados para congelar e conservar alimentos. As embalagens serão identificadas de acordo com a origem de produção, local e data de aquisição. Em seguida serão armazenadas no Laboratório de Técnica e Dietética da Universidade de Marília – UNIMAR, em refrigerador doméstico, na parte inferior onde alcança temperatura entre 6 e 10°C. O experimento terá duração de quinze dias. Ao longo desse período cada amostra será submetida a três avaliações sendo uma no tempo zero (T0) (dia da aquisição), a segunda após sete dias (T7) e a terceira após quinze dias (T15) da aquisição. Serão realizadas as seguintes análises: Peso: os alimentos serão pesados nos T0, T7 e T15, por meio de uma balança eletrônica. pH: o pH será determinado em pHmetro digital antes do início das análises e com as amostras em temperatura ambiente. Crescimento de colônias de bactérias: a metodologia utilizada para a realização das análises microbiológicas será a preconizada por Silva; Junqueira; Silveira (2001). Características organolépticas: esta análise será baseada nos aspectos de aparência, cor e cheiro para verificar o avanço da degradação dos alimentos. A hipótese é que há maior probabilidade das amostras dos alimentos orgânicos apresentarem maior tempo de prateleira em relação as amostras convencionais. O tratamento estatístico dos dados quantitativos será realizado com apoio do programa BioEstat 5.0. Para avaliar as diferenças e a associação das variáveis estudadas serão utilizados testes estatísticos apropriados. A significância considerada será 5% ($p \leq 0,05$) para as operações efetuadas.

Palavras-chave: Consumo de alimentos. Deterioração de alimentos. Orgânico. Vida de prateleira

INTRODUÇÃO

O que é conhecido atualmente como agricultura orgânica, vem se formando desde o início do século XX, a partir da junção de algumas ideias que surgiram em países de língua inglesa e alemã. Na época entre as guerras mundiais a agricultura sofreu com a degradação dos solos, onde os alimentos apresentavam uma qualidade ruim para a vida da população rural, já que havia um uso muito intenso de químicos no solo. Assim pioneiros da agricultura orgânica surgiram, realizando os primeiros estudos científicos na década de 1920, com o intuito de um novo sistema de produção de alimentos que preservassem mais o meio ambiente. Porém, a agricultura orgânica só ganhou um público maior em 1970, onde foi discutido os impactos da crise ambiental que estavam gerando falta de recursos naturais (LIMA et al., 2020).

A busca por uma alimentação ainda mais saudável, livre de agrotóxicos e de outras toxinas envolvidas no processo agrícola dos alimentos convencionais, vem aumentando, por conta de seus inúmeros benefícios, que os estudos estão demonstrando, de acordo com Lima et al. (2020) estudos demonstram que o consumo frequente de alimentos orgânicos podem ajudar na manutenção da saúde, prevenindo, doenças, como Diabetes, Hipertensão Arterial, Obesidade, Cardiopatias, Parkinson, Alzheimer, Asma, Câncer, entre outras.

Ainda é muito incerto qual o tamanho da extensão desse aumento por haver poucos estudos específicos sobre este assunto. Mas baseado em um artigo divulgado pelo Projeto Orgânicos Brasil, foi possível perceber que no Brasil as vendas de produtos orgânicos atingem a margem de R\$ 350 milhões, isso em 2010, valor que é superior a 40%, valor que foi registrado no ano anterior. Em 2005 as exportações aumentaram em média U\$ 9,5 milhões. Em 2013 aproximadamente U\$ 130 milhões (FERREIRA; COELHO, 2016).

Nos dias atuais os consumidores estão escolhendo alimentos orgânicos no lugar dos convencionais. O estudo Perfil de Consumidores de Alimentos Orgânicos, publicado em 17 de agosto de 2020, ajuda a compreender como e/ou porque os consumidores escolhem os alimentos orgânicos ao invés dos alimentos convencionais. O estudo foi feito na cidade de Sete Lagoas – MG, no qual contou com um questionário que foi aplicado de forma aleatória a um total de 115 pessoas frequentadoras de feiras livres e de supermercados. Verificou-se que, 77,6% responderam saber o que é de fato um alimento orgânico. Entretanto, ao serem questionados sobre o que é um alimento orgânico, 51,6% não conseguiram ter uma definição correta. Dos 77,6% (87 pessoas), apenas 56,3% (49 pessoas) disseram dar a preferência ao consumo de alimentos orgânicos em relação aos tradicionais. Pouca acessibilidade à compra foi a categoria mais citada, sendo que 37,0% dos entrevistados relataram que pontos de compra e canais de distribuição ainda são restritos em Sete Lagoas. Seguida pelas categorias preço alto (32,6%) falta de variedades (13,0%) e falta de conhecimento dos consumidores sobre a abrangência dos seus benefícios (13,0%). Verificou-se entre os entrevistados, desconhecimento e também dificuldade para saber se de fato se estão adquirindo um produto orgânico (MOURA et al., 2020, p. 01).

Sendo assim, fica evidente que não se sabe ao certo qual a quantidade de informação disponível sobre os alimentos orgânicos e isso é um problema, pois a grande maioria das pessoas não possuem conhecimentos dos benefícios que estes alimentos conferem a saúde. Uma das maiores barreiras para o consumidor e o mercador de alimentos orgânicos é o custo benefício, afinal é bem evidente os preços elevados que os alimentos orgânicos têm hoje no mercado, dificulta o acesso dos seus consumidores.

As maiores dificuldades para o consumo desses alimentos estão relacionadas à falta de oferta e ao preço elevados, contudo, este mercado se apresenta em ascensão, sendo o principal motivo do consumo relacionado à preocupação com a saúde. Salienta-se a necessidade de uma melhor divulgação por parte dos órgãos competentes para que a população saiba realmente o que são, como identificar e quais produtores e/ou estabelecimentos são

credenciados para a produção e ou comercialização dos alimentos orgânicos, além de maiores políticas de incentivo à produção orgânica de alimentos (MOURA et al., 2020, p. 01).

Existe uma outra questão de extrema importância, tanto para o consumidor, quanto para o mercador de alimentos orgânicos, que é a durabilidade do alimento, o que chamamos de vida de prateleira. A vida de prateleira de um alimento é o tempo que ele consegue conservar suas características organolépticas e nutricionais para consumo, entre todos os processos de manipulação e produção (MELLO et al., 2003). Portanto cada alimento tem a sua vida de prateleira, por esse motivo também que existe os prazos de validade nos rótulos dos alimentos.

A vida-de-prateleira varia com o tipo de alimento, temperatura de estocagem e embalagem utilizada. Devem ser observados alguns danos que interferem no tempo de armazenagem dos alimentos, tais como: contaminação microbiana, contaminação por insetos e roedores, oxidação, hidrólise e reversão em gorduras, oxidação de pigmentos, reações de escurecimento não-enzimático, alterações devido ao ganho de umidade, atividade enzimática, perda de valor nutritivo, interações com os recipientes e perda da qualidade estética (MELLO et al., 2003, p. 03).

Se o alimento tiver um custo muito alto, não é nada interessante para o consumidor, e muito menos para o fornecedor, que sua degradação seja mais rápida do que um alimento mais barato não orgânico, mesmo que haja tantos benefícios dos alimentos orgânicos para a saúde do consumidor.

OBJETIVOS

OBJETIVO GERAL

Está pesquisa tem o intuito de comparar o tempo de prateleira (durabilidade) dos alimentos orgânicos com os convencionais, além de identificar se o custo benefício é realmente interessante para os consumidores.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Comparar se os alimentos orgânicos têm durabilidade diferente dos alimentos convencionais;
- Avaliar se o custo benefício é interessante para os consumidores;
- Comparar o tempo de prateleira de dois alimentos diferentes do grupo das hortaliças, sendo um legume e uma verdura.
- Observar a perda de peso, pH e crescimento de colônias de bactérias em intervalos de tempo durante o armazenamento.

MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de uma pesquisa com desenho do tipo experimental, observacional, analítico e de período transversal, prospectivo, sendo descritiva e quantitativa.

Serão utilizados dois alimentos do grupo das hortaliças, a alface e a cenoura. Doze amostras de cada alimento cultivados no sistema orgânico e outras doze cultivadas no sistema convencional serão adquiridas em três diferentes pontos de venda em uma cidade do centro oeste paulista, com aquisição de quatro amostras em cada um dos pontos de venda.

Com relação aos produtos orgânicos a compra dos alimentos orgânicos será de fornecedores que possuem a certificação do produto como orgânico, para tal comprovação será solicitado aos estabelecimentos de venda o certificado ou selo de orgânicos.

Depois de adquiridas, cada amostra será acondicionada dentro de sacos plásticos picotados para congelar e conservar alimentos. Na embalagem haverá a identificação de acordo com a origem de produção, local de aquisição e data. Em seguida, serão armazenadas

no Laboratório de Técnica e Dietética da Universidade de Marília – UNIMAR, em refrigerador doméstico, na parte inferior onde alcança temperatura entre 6 e 10°C.

O experimento terá duração de quinze dias. Ao longo desse período cada amostra será submetida a três avaliações sendo uma no tempo zero (T0) (dia da aquisição), a segunda após sete dias (T7) e a terceira após quinze dias (T15) da aquisição, que é quando será finalizado o experimento.

As análises que serão realizadas em cada amostra são:

- **Peso:** esse será determinado por meio de balança eletrônica da marca Pnix com capacidade de 15kg. A variação de peso será determinada em porcentagem (%) e calculada da seguinte maneira:

$$\text{Variação do peso (\%)} = \frac{\text{Peso da amostra no intervalo (T7 ou T15)} \times 100}{\text{Peso da amostra no T0}}$$

- **Potencial de hidrogênio (pH):** para esta análise as amostras serão levadas ao Laboratório de Controle de Qualidade Físico-Química e Microbiológica do curso de Farmácia da Unimar. O pH será determinado em pHmetro digital (Tec-2 da Tecnal), devidamente calibrado antes do início das análises e com as amostras em temperatura ambiente.
- **Crescimento de colônias de bactérias:** para esta análise as amostras serão levadas ao Laboratório de Controle de Qualidade Físico-Química e Microbiológica do curso de Farmácia da Unimar. As amostras serão submetidas a pesquisa de *Salmonella sp*, *Listeria monocytogenes*, *Bacillus cereus*, coliformes a 35°C e a 45°C, *Staphylococcus coagulase-positiva*, fungos, bolores e leveduras. A metodologia utilizada para a realização das análises microbiológicas será a preconizada por Silva; Junqueira; Silveira (2001).
- **Características organolépticas:** esta análise será baseada nos aspectos de aparência, cor e cheiro para verificar o avanço da degradação dos alimentos. O acompanhamento desses aspectos será feito por meio de registro fotográfico.

Adicionalmente será feita a avaliação da relação custo/benefício por meio da divisão do custo de cada amostra pelo número de dias de durabilidade em condições aceitáveis.

Todas essas variáveis serão registradas ao longo do experimento em tabela própria (Apêndice A). Em seguida os dados serão transferidos para uma planilha do Excel para posterior tratamento estatístico.

ANÁLISE ESTATÍSTICA

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, desvio padrão, mediana, mínimo, máximo e percentis, conforme o perfil da análise. Para avaliar as diferenças e a associação das variáveis estudadas serão utilizados testes estatísticos apropriados, dependendo da variância dos dados a serem analisados. A significância considerada será 5% ($p \leq 0,05$) para as operações efetuadas.

HIPÓTESE

Há maior probabilidade de as amostras dos alimentos orgânicos apresentarem menor tempo de prateleira em relação as amostras dos alimentos convencionais.

REFERÊNCIAS

BDULLAH, Jan et al. Respostas de Cultivo de Maçã em Diferentes Durações de Armazenamento. **Arhad J. Agric.**, v. 28, n. 2. P. 01- 08, 2012.

FERREIRA, Alberes Sousa; COELHO Alexandre Bragança. **Substituição entre Alimentos Orgânicos e Convencionais no Brasil: O Papel dos Preços e do Dispêndio**. 2016. Disponível em: https://www.anpec.org.br/encontro/2016/submissao/files_I/i8-1e37ebef71427be05eb3cdf5b54c38fd.pdf. Acesso em: 23 fev. 2021.

GIRARDI, César Luisi; BRACKMANN, Auri; PARUSSOLO, Aguinaldo. Maçã Produção: Colheita e Armazenamento. **Frutas do Brasil.**, v. 37, n. 14, p. 148 – 154, 2000.

LANA, Milza Moreira; VIEIRA, Jairo Vidal. **Embrapa: Fisiologia e manuseio pós-colheita de cenoura**. Brazlândia – DF. Out. 2000. Disponível em: <https://www.infoteca.cnptia.embrapa.br/infoteca/bitstream/doc/768857/1/CNPHDOCUMENTOS21FISIOLOGIAEMANUSEIOPOSCOLHEITADECENOURAFL07831.pdf>. Acesso em: 31 mar. 2021.

LIMA, Sandra Kitakawa et al. **Produção e Consumo de Produtos Orgânicos no Mundo e no Brasil**: Texto para discussão. 2020. Instituto de Pesquisa e Economia Aplicada. Brasília, 2020. Disponível em: <http://repositorio.ipea.gov.br/handle/11058/9678>. Acesso em: 23 fev. 2021.

MELLO, Júlio César et al. Efeito do cultivo orgânico e convencional sobre a vida-de-prateleira de alface americana (*Lactuca sativa* L.) minimamente processada. **Ciênc. Tecnol. Aliment.**, v. 23, n. 3, p. 418-426, 2003.

MOURA, Carla Cristiane de et al. Perfil de consumidores de alimentos orgânicos. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 9, p. 1-19, 2020. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/7395/6402>. Acesso em: 23 fev. 2020.

SECRETÁRIA DE ESTADO E SAÚDE. Coordenadoria de Controle de Doenças. Centro de Vigilância Sanitária. Divisão de Produtos Relacionados à Saúde. **Portaria CVS 5**. 09 abril de 2013. Disponível em: http://www.cvs.saude.sp.gov.br/up/PORTARIA%20CVS-5_090413.pdf.

SILVA, N.; JUNQUEIRA, V. C. A.; SILVEIRA, N. F. A. **Manual de métodos de análise microbiológica de alimentos**. São Paulo: Varela; 2001.

IMPACTO DA PANDEMIA COVID-19 NOS HÁBITOS DE VIDA DOS UNIVERSITÁRIOS: MUDANÇAS ALIMENTARES E DO ESTADO NUTRICIONAL

MACHADO, Leonardo Sampaio¹; BARDAOUIL, Natália Coracini¹; BRITO, Mariana de
Carvalho¹; MORASSATO, Michelle Righetti Rocha Trinca².

1 – Acadêmico do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Marília – Unimar.

2 – Docente do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Marília – Unimar.

E-mail da orientadora – michellemorassato@unimar.br

RESUMO

O novo coronavírus, denominado SARS-CoV-2, teve sua identificação pela primeira vez na China, mais especificamente em Wuhan; o vírus é transmitido através do contato de uma pessoa infectada para outra, e a causa da Covid-19, responsável por inúmeros sintomas que pode fazer com que o indivíduo evolua à um quadro grave de saúde. Devido à alta transmissibilidade do vírus, foi declarada em março de 2020, uma pandemia de covid -19, assim, a população foi recomendada a entrar em isolamento social, como uma das formas de prevenção, o que pode ter ocasionado um aumento no índice de obesidade, por exemplo, já que muitas pessoas abandonaram ou diminuíram a prática de atividade física (com a suspensão das academias) e tiveram mais tempo para colocarem receitas em prática, além de que muitos optaram pelo *fast - food* em *delivery*. Além disso, o período de isolamento social afetou o estado psicológico e emocional de muitos, o que pode ter ocasionado episódios de compulsão alimentar. O objetivo desse estudo é avaliar se houveram alterações no estado nutricional e nos hábitos alimentares dos estudantes da Universidade de Marília, durante o período de isolamento social. A população alvo é composta por alunos matriculados no 3º e 4º ano dos cursos de Biomedicina, Educação física, Enfermagem, Farmácia e Fisioterapia da Universidade de Marília. Dentre estes, serão excluídos da seleção da amostra qualquer indivíduo que integre o grupo de risco para Covid – 19. Para avaliar as alterações no estado nutricional será perguntado em questionário o peso do indivíduo anteriormente ao isolamento, e aferir o peso e estatura; classificando o estado nutricional a partir do IMC. A avaliação das possíveis mudanças nos hábitos alimentares serão feitas através de questionários de frequência alimentar relacionados aos períodos antes e durante o isolamento social. A aplicabilidade desses questionários constituirá em um estudo piloto, utilizado como teste. Para análise dos dados será realizada a correlação das informações fornecidas pelos participantes da pesquisa com os dados obtidos através da antropometria. O tratamento estatístico dos dados quantitativos terá o apoio do programa BioEstat 5.0. Os dados serão apresentados em tabelas de frequência ou média, desvio padrão, mediana, mínimo, máximo e percentis, conforme o perfil da análise. Para avaliar as diferenças e a associação das variáveis estudadas serão utilizados testes estatísticos apropriados, dependendo da variância dos dados a serem analisados. A significância considerada será 5% ($p \leq 0,05$) para as operações efetuadas. Tem-se como hipótese que houveram mudanças nos hábitos alimentares dos participantes, bem como no estado nutricional dos mesmos.

Palavras-chave: Coronavírus. Isolamento. Obesidade. Compulsão. Hábitos.

INTRODUÇÃO

Desde o início da pandemia, automaticamente foram estabelecidos inúmeros desafios de todos os aspectos para a população e um deles, no caso, foi em relação à alimentação. A disponibilidade dos alimentos foi afetada em todos os estados do Brasil por conta das medidas de prevenção em relação ao coronavírus, como o isolamento social (MINISTÉRIO DA SAÚDE).

A redução ou suspensão de renda de autônomos e trabalhadores informais e o desemprego impactou drasticamente na vida das pessoas, inclusive no âmbito alimentar. A falta de informação sobre os alimentos quase sempre resulta em uma má escolha dos mesmos (RIBEIRO-SILVA et al., 2020).

Nos Estados Unidos foram realizadas pesquisas que indicam um aumento no consumo de ultraprocessados, tabaco e bebida alcoólica. Os índices de consumo de hortaliças diminuíram junto aos demais alimentos considerados saudáveis. Com isso tudo, pode-se observar que o índice de obesidade e consequentemente de doenças cardiovasculares, aumentou (BUSS; ALCAZAR; GALVAO, 2020).

A obesidade e as doenças cardiovasculares são fatores de risco para diversas doenças e atualmente para a COVID-19. Pessoas obesas apresentam maior inflamação corporal, além de outras doenças relacionadas como câncer, hipertensão arterial, doenças cardiovasculares, doenças cerebrovasculares, apneia do sono, osteoartrite e diabetes mellitus tipo II (PORTO et al., 2019).

O aumento de peso é considerado uma tendência mundial e o aumento da obesidade foi principalmente observada em pessoas com menor nível socioeconômico (LOPES; FURIERI; ALONSO-VALE, 2021).

Frente as questões apresentadas, o estudo da avaliação do impacto da pandemia na alimentação e estado nutricional dos universitários se faz relevante, já que o isolamento social fez com que, sem intencionalidade, as pessoas supostamente ficaram sedentárias e mudaram o comportamento alimentar, colocando-as em risco para desenvolverem alterações em seu estado nutricional.

OBJETIVOS GERAIS

Avaliar o impacto da pandemia e do isolamento social nos hábitos alimentares e estado nutricional dos estudantes de diversos cursos da Universidade de Marília (UNIMAR).

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Avaliar o estado nutricional dos universitários a partir do cálculo do IMC;
- Aferir a circunferência da cintura;
- Aplicar um questionário para identificar o peso anterior ao período pandêmico;
- Aplicar um inquérito alimentar para avaliar se houveram mudanças nos hábitos alimentares;
- Aplicar um questionário para verificar se houveram mudanças drásticas na rotina do estudante no período de isolamento social;
- Correlacionar as informações com o período de isolamento social;
- Analisar como essas possíveis mudanças podem ter afetado a saúde desses estudantes.

MATERIAL E METODOS

Este projeto trata de uma pesquisa do tipo retrospectivo, com desenho primário, de interferência observacional, e período transversal, sendo de centro único (MINISTÉRIO DA SAÚDE).

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, desvio padrão, mediana, mínimo, máximo e percentis, conforme o perfil da análise. Para avaliar as diferenças e a associação das variáveis estudadas serão utilizados testes estatísticos apropriados, dependendo da variância dos dados a serem analisados. A significância considerada será 5% ($p \leq 0,05$) para as operações efetuadas.

O presente estudo terá início somente após a apreciação e aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Marília- Unimar de acordo com a carta de pedido para realização da pesquisa assinada por responsáveis dos cursos de Educação física, Enfermagem, Farmácia e Fisioterapia.

Os alunos serão convidados a participarem do estudo e os interessados assinarão um termo de consentimento livre e esclarecido, e somete dessa forma, a pesquisa será realizada.

Por questões de segurança serão excluídos da pesquisa os alunos que apresentem fatores que coloquem em risco a covid-19, tais como: Tabagismo, obesidade, Miocardiopatias de diferentes etiologias, Hipertensão arterial, Pneumopatias graves ou descompensadas, Imunodepressão e imunossupressão, Doenças renais crônicas em estágio avançado, Diabetes melito, Doenças cromossômicas com estado de fragilidade imunológica, Neoplasia maligna, algumas doenças hematológicas e Gestação (VIGILÂNCIA EPIDEMIOLÓGICA, 2020).

HIPÓTESE

Acredita-se que a mudança alimentar e do estado nutricional estejam relacionadas ao impacto e mudança de hábitos gerados pela pandemia da Covid-10 como o consumo de industrializados, modificação no consumo de frutas, verduras e legumes, contando que este seja proporcional à prática de atividade física.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, Ana Carine. Alimentação emocional: usando a comida para lidar com as emoções. SESI. 2021. Disponível em: <<https://www.sesi-ce.org.br/blog/alimentacao-emocional-usando-a-comida-para-lidar-com-as-emocoes/>>. Acesso em: 15 mar. 2021.

BUSS, PAULO M.; ALCAZAR, SANTIAGO; GALVAO, LUIZ AUGUSTO. Pandemia pela Covid-19 e multilateralismo: reflexões a meio do caminho. Estudos av., São Paulo, v. 34, n. 99, p. 45-64, Aug. 2020.

FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ (Fiocruz). **O que é uma pandemia.** FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ (Fiocruz). Outubro 2020. Disponível em <<https://www.bio.fiocruz.br/index.php/br/noticias/1763-o-que-e-uma-pandemia>>. Acesso em: 28 fev. 2021.

GIRARDI, Giovana OMS declara pandemia de novo coronavírus; mais de 118 mil casos foram registrados. Estadão. São Paulo, mar.2020. Disponível em <https://saude.estadao.com.br/noticias/geral,oms-declara-pandemia-de-novo-coronavirus-mais-de-118-mil-casos-foram-registrados,70003228725>. Acesso em 12 mar. 2021. **MINISTÉRIO DA SAÚDE. Guia alimentar: como ter uma alimentação saudável.** Brasília; Brasil. Ministério da Saúde; Disponível em :<https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_alimentacao_saudavel.pdf>. Acesso em: 08 de abr.

LOPES, Souza e Silva, FURIERILorena, ALONSO-VALE, CARDOSO Maria Izabel. **Obesidade e a covid-19: uma reflexão sobre a relação entre as pandemias Rev Gaúcha Enferm.** Disponível em:<<https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/1512/version/1611>> 2021;42(esp):e20200216 doi: <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2021.20200216>. Acesso em 09 mar. 2021.

MELLO, Elza Daniel. O que significa a avaliação do estado nutricional. **J. Pediatr. (Rio J.)** [online], v. v78, n.v, p.357-358, 2002. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0021-75572002000500003&lng=en&nrm=iso>. ISSN 1678-4782. Acesso em: 28 fev. 2021.

MELO, Karine. **MEC autoriza aulas online no ensino superior até dezembro.** Agência Brasil. 17 de junho de 2020. <<https://agenciabrasil.ebc.com.br/educacao/noticia/2020-06/mec-autoriza-aulas-line-no-ensino-superior-ate-dezembro?amp>>. Acesso em: 18 mar. 2021.

PORTO, Tatiana Naiana Rodrigues et al., P. Prevalência do excesso de peso e fatores de risco para obesidade em adultos. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, n. 22, p. e308, 27 abr. 2019. Disponível em: <<https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/308>>. Acesso em: 10 mar. 2021. RIBEIRO-SILVA, Rita De Cassia et al., Implicações da pandemia COVID-19 para a segurança alimentar e nutricional no Brasil. **Ciênc. Saúde coletiva** [online], v. 25, n. 9, p.3421-3430., 2020. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232020000903421&lng=en&nrm=iso>. Epub Aug 28, 2020. ISSN 1678-4561. <http://dx.doi.org/10.1590/1413-81232020259.22152020>. 2021. Acesso em: 05 mar.

TOZZI, Marcela, CARVALHO, Ricardo e NARDELLI Mateus. **VOCÊ SABE COMO SURTIU O CORONAVÍRUS SARS-COV-2?** Secretaria de Estado de Saúde de Minas Gerais. 2021. Disponível em: <<https://coronavirus.saude.mg.gov.br/blog/27-como-surgiu-o-coronavirus#:~:text=J%C3%A1%20o%20novo%20coronav%C3%ADrus%20foi,animais%20considerados%20ex%C3%B3ticos%20para%20ocidentais>>. Acesso em: 17 mar. 2021.

INGESTÃO ALIMENTAR E CONSUMO DE SUPLEMENTOS ALIMENTARES POR ATLETAS DAS MODALIDADES DE ATLETISMO

VANUCCI, Daniel Malta¹; SANTOS, Mateus Cezar dos¹; OLIVEIRA, Thaina¹; MILLER, Tânia Correa².

1-Acadêmico do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Marília – Unimar.

2-Docente do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Marília – Unimar.

E-mail da orientadora: tmiller@unimar.br

RESUMO

Introdução: O atletismo é uma modalidade esportiva de alto rendimento que envolve movimentos naturais do nosso dia a dia, tais como correr, saltar e lançar. A prática de um exercício de alta intensidade está diretamente relacionada a um aumento no gasto energético e uma necessidade de acompanhamento nutricional individualizado. Para um bom planejamento nutricional e melhoria de desempenho, devemos levar em conta a distribuição dos macronutrientes, principalmente o carboidrato que é a principal fonte de energia utilizada na modalidade; visto que as pessoas tendem a reduzir a ingestão de carboidratos e aumentar consumo proteico em busca de emagrecimento e definição muscular; sem contar o uso indevido de suplementos alimentares, visando melhora de performance. **Objetivos:** O estudo tem por objetivo identificar o consumo de suplementos alimentares entre atletas de diferentes modalidades de atletismo, bem como avaliar se o consumo alimentar de macronutrientes desses atletas atende as recomendações nutricionais. **Materiais e Métodos:** trata-se de um estudo clínico, primário, transversal e intervencional, com abordagem qualitativa/quantitativa e exploratória. A amostra do estudo será composta por atletas das diferentes modalidades do atletismo, com idade igual ou superior a 18 anos. Para realizar essa avaliação será aplicado um recordatório alimentar de 24 horas em triplicata para levantamento dos dados de ingestão alimentar elaborado pelos pesquisadores, no qual será coletado os seguintes dados: nome, idade, sexo, modalidade esportiva, data da entrevista e descrição das refeições, seguida de seus respectivos horários, alimentos/suplementos ingeridos e a forma de preparo empregada. Para tratamento dos dados e posterior análise, será utilizado o Microsoft Office Excel, e para quantificar as calorias e os macronutrientes ingeridos pelos atletas, o software utilizado será o Dietbox. O tratamento estatístico dos dados quantitativos será realizado com apoio do programa BioEstat 5.0. **Hipótese:** A ingestão de macronutrientes por atletas, muitas vezes não atende as recomendações nutricionais para a modalidade praticada, sendo que a grande maioria pode consumir alimentos e/ou suplementos proteicos em quantidade superior à recomendada, enquanto os alimentos e/ou suplementos fonte de carboidratos podem estar sendo consumidos em quantidade inferior. Sendo assim, acredita-se que por meio do recordatório alimentar, será possível confirmar inadequação.

Palavras-chave: Atletismo. Macronutrientes. Suplementos.

INTRODUÇÃO

A prática regular de atividade física é fundamental para manter uma boa qualidade de vida, tendo grande importância na prevenção de doenças cardiovasculares, doenças crônicas não transmissíveis e, melhora cardiorrespiratória e no condicionamento muscular (WHO, 2020).

O atletismo é caracterizado como o esporte-base, pois tem sua prática completamente ligada aos movimentos naturais do ser humano, visto que correr, saltar e lançar, são movimentos que acompanham o homem desde os tempos primitivos até a atualidade e, se estendem a outras modalidades esportivas (SILVA, 2019).

Com o aumento da prática de atividades físicas, houve também um aumento da preocupação com a alimentação, o que tende a trazer maiores benefícios, principalmente aos atletas de alto rendimento, pois com o aumento do gasto energético, há também a necessidade do aumento de ingestão energética e, em muitos casos, é indicada a suplementação (PANZA et al., 2007).

Uma orientação dietética deve ser individualizada de acordo com as necessidades de cada pessoa, no caso dos atletas, o nutricionista precisa levar em consideração o tipo de prova que esse atleta compete, o tempo que pratica tal atividade, duração do treino e, muitas outras informações, buscando sempre a melhora e o equilíbrio alimentar do indivíduo, sob vários aspectos, salientando o uso de suplementos alimentares quando necessário (BIESEK; ALVES; GUERRA, 2015).

A nutrição tem um papel importante no atletismo durante todo o treinamento e, ainda mais, durante os períodos de competições, sendo que a alimentação adequada é necessária do início ao fim, sendo para a preparação, a manutenção e a recuperação do atleta (BIESEK; ALVES; GUERRA, 2015).

É importante salientar que o carboidrato é a principal fonte de energia para o atleta, sendo que sua ingestão deve ficar entre 55 e 70% do valor energético total diário, porém, atletas de resistência podem chegar a ingerir cerca de 75% do valor energético total diário para otimizar seu desempenho, sendo assim, a falta de carboidratos na dieta do atleta pode gerar a sensação de cansaço, levando à diminuição do desempenho e, sintomas como tonturas e desmaios (BIESEK; ALVES; GUERRA, 2015).

Quanto à ingestão de proteínas, sua recomendação mínima é de 0,8 g/kg de peso corporal, porém, para atletas de resistência, a recomendação, segundo a literatura, é de até 2 vezes a recomendação mínima, sendo ingerida preferencialmente através da alimentação, entretanto, se necessário, pode ser ingerida através de suplementos proteicos (BIESEK; ALVES; GUERRA, 2015).

Os lipídios são importantes na alimentação geral, porém, não tem recomendação extra para atletas, sendo que sua ingestão diária deve ser de no máximo 30% do valor energético total diário (BIESEK; ALVES; GUERRA, 2015). Entretanto, em atividades de baixa intensidade e longa duração, os lipídios correspondem a 80% da energia fornecida para a atividade (CARVALHO; HIRSCHBRUCH, 2014).

Uma maneira de avaliar o padrão alimentar do indivíduo é fazendo a aplicação do recordatório de 24 horas, pois é um método rápido e fácil para a avaliação da ingestão alimentar do paciente, bem como de sua qualidade nutricional, podendo ser utilizado para quantificar sua ingestão de macro e micronutrientes e, verificar se suas necessidades estão sendo atendidas através da alimentação ou se há necessidade de indicação do uso de suplementação alimentar (BIESEK; ALVES; GUERRA, 2015).

Atletas e desportistas buscam resultados rápidos e satisfatórios em um curto período de tempo e, dessa forma, acabam se alimentando de forma inadequada e buscando outros recursos para atingir seus objetivos, utilizando suplementos alimentares, em sua maioria com alto índice proteico, de forma indiscriminada e sem indicação adequada (PANZA et al., 2007).

A prescrição de suplementos alimentares deve ser feita apenas por profissionais que tenham pleno conhecimento do assunto, cabendo ao nutricionista a responsabilidade quanto aos efeitos na saúde do usuário, de acordo com os termos da Resolução nº 656 do Conselho Federal de Nutrição (CFN, 2020).

OBJETIVOS

OBJETIVO GERAL

O estudo tem por objetivo identificar o consumo de suplementos alimentares entre atletas de diferentes modalidades de atletismo, bem como avaliar se o consumo alimentar de macronutrientes desses atletas atende as recomendações nutricionais.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Investigar o consumo de suplementos alimentares dos atletas a partir de inquérito alimentar;
- mensurar o consumo de macronutrientes dos atletas por meio de recordatório 24 horas em triplicata;
- correlacionar os dados do consumo de suplementos alimentares e da ingestão de macronutrientes por atletas.

MATERIAIS E MÉTODOS

Caracteriza-se por um estudo clínico, primário, transversal e intervencional, com abordagem qualitativa/quantitativa e exploratória, a ser realizado no ambulatório Ambulatório Médico de Especialidades, localizado no bloco II da Universidade de Marília – UNIMAR/SP, durante o segundo semestre de 2021. Serão incluídos diversos atletas das mais diferentes modalidades da equipe de atletismo da Secretaria de Esportes de Prefeitura Municipal de Marília, abrangendo indivíduos do sexo masculino e feminino com idade superior a 18 anos, com foco em atividade competitiva.

A obtenção de dados será feita por meio de uma entrevista conduzida pelos pesquisadores, onde será aplicado um Recordatório Alimentar de 24hrs (R24hrs) em triplicata sendo que dois recordatórios serão em dias da semana e um no final de semana, com a coleta dos seguintes dados: nome, idade, sexo, modalidade esportiva, data da entrevista e descrição das refeições, seguida de seus respectivos horários, alimentos/suplementos ingeridos e a forma de preparo empregada. Os alimentos serão descritos em medida caseira e posteriormente convertidos na unidade de medida padrão adotada (gramas).

Para tratamento dos dados, o recurso utilizado será o Microsoft Office Excel, e para quantificar as calorias e os macronutrientes ingeridos pelos atletas, será utilizado o programa Dietbox, por meio do Recordatório Alimentar de 24 horas dos participantes.

Os participantes serão instruídos sobre os objetivos e desenvolvimento da pesquisa e sua forma de realização. Após demonstração de interesse em participar da pesquisa, cada atleta será orientado sobre o correto preenchimento do Termo de consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

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, desvio padrão, mediana, mínimo, máximo e percentis, conforme o perfil da análise. Para avaliar as diferenças e a associação das variáveis estudadas serão utilizados testes estatísticos apropriados, dependendo da variância dos dados a serem analisados. A significância considerada será 5% ($p \leq 0,05$) para as operações efetuadas.

O presente estudo terá início somente após a apreciação e aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Marília - Unimar.

HIPÓTESE

A ingestão de macronutrientes por atletas, muitas vezes não atende as recomendações nutricionais para a modalidade praticada, sendo que a grande maioria pode consumir alimentos e/ou suplementos proteicos em quantidade superior à recomendada, enquanto os alimentos e/ou suplementos fonte de carboidratos podem estar sendo consumidos em quantidade inferior. Sendo assim, acredita-se que por meio do recordatório alimentar, será possível confirmar inadequação.

REFERÊNCIAS

BIESEK, Simone; ALVES, Letícia Azen; GUERRA, Isabela. **Estratégias de Nutrição e Suplementação no Esporte**. Barueri. Ed. Manole LTDA, 2015. p. 281-288.

CARVALHO, Juliana Ribeiro de; HIRSCHBRUCH, Marcia Daskal. **Nutrição Esportiva: Uma Visão Prática**. Barueri: Ed. Manole LTDA, 2014. p. 382.

CFN - Conselho Federal de Nutricionistas. **Resolução N° 656, de 15 de junho de 2020**. Dispõe Sobre a Prescrição Dietética, Pelo Nutricionista, de Suplementos Alimentares e dá Outras Providências. Brasília – DF; 2020. Disponível em: <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/resolucao-n-656-de-15-de-junho-de-2020-262145306>. Acesso em: 23 de fev. de 2021.

PANZA, Vilma Pereira et al. Consumo Alimentar de Atletas: Reflexões Sobre Recomendações Nutricionais, Hábitos Alimentares e Métodos Para Avaliação do Gasto e Consumo Energéticos. **Rev. Nutr.**, Campinas, v. 20, n. 6, p. 681-692, nov./dez, 2007.

SILVA, Juliano Vieira da. **Metodologia do Atletismo**. Porto Alegre: Ed. Dieimi Deitos, 2019. p. 13.

WHO - World Health Organization. **Guidelines Physical Activity and Sedentary Behaviour**. Geneva; 2020.

DESENVOLVIMENTO E AVALIAÇÃO SENSORIAL DE COOKIES PARA INDIVÍDUOS COM ALERGIA A PROTEÍNA DO LEITE DE VACA

LEME Emilyn Caroline Dias ¹; FRABETTI Maria Luiza Dorighelo¹; GODOY Matheus Jeliel Franco ¹; SOUZA Vinícius Machado¹; MILLER Tânia Correa²; SILVA Bruna Lima ²

1-Acadêmico do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Marília – Unimar.

2-Docente do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Marília – Unimar.

E-mail da orientadora: bruna.limsi@hotmail.com

RESUMO

A alergia à proteína do leite de vaca (APLV) é uma alergia alimentar que normalmente ocorre em crianças com até 3 anos de idade, mas que podem manifestar sintomas gastrointestinais em qualquer faixa etária, está relacionada ao consumo de proteínas como a alfa-lactoalbumina, beta-lactoglobulina e caseína. O tratamento consiste na exclusão do consumo dos alérgenos responsáveis, portanto, em longo prazo, essa alergia pode desencadear problemas nutricionais, favorecendo o déficit de cálcio e de vitaminas do complexo B. Diante desse contexto, o presente estudo tem como objetivos desenvolver duas formulações de cookie enriquecido com diferentes quantidades de alfarroba direcionados para portadores de APLV e realizar a análise sensorial das mesmas. O projeto passará pela aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa por meio da Plataforma Brasil. Participarão da pesquisa 100 julgadores não treinados com faixa etária a partir de 18 anos de idade, os quais assinarão um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Foi escolhido o cookie, já que é um alimento de fácil consumo e atrativo para população em geral. Os ingredientes utilizados para o desenvolvimento das formulações dos cookies serão: farinha de coco, óleo de coco, açúcar mascavo, fermento em pó, ovo, alfarroba em pó, amendoim e chocolate em gotas vegano. O alfarroba é rico em cálcio, além disso, contém vitaminas do complexo B. Serão utilizadas diferentes quantidades de alfarroba para as formulações, as quais serão desenvolvidas no Laboratório de Técnica Dietética da UNIMAR, com a utilização das Boas Práticas de Fabricação (BPF) e a análise sensorial será realizada por meio de teste afetivo de aceitação por escala hedônica de 9 pontos (serão avaliados os atributos de aparência, aroma, sabor, textura e avaliação global), índice de aceitabilidade (IA) e escala de intenção de compra. Serão utilizados todos os cuidados de distanciamento social em virtude da pandemia em salas adequadas para o teste. O tratamento estatístico dos dados quantitativos será realizado com apoio do programa BioEstat 5.0, utilizando o nível de significância de $p \leq 0,05$. Os resultados esperados para o presente estudo são: obter uma boa avaliação sensorial, um elevado índice de aceitabilidade e uma boa intenção de compra para as formulações de cookie desenvolvidas.

Palavras-chave: Aceitação. Alergia alimentar. Cálcio. Formulação.

OBJETIVOS

OBJETIVO GERAL

Desenvolver e avaliar a qualidade sensorial de cookie fonte de cálcio para atender as necessidades nutricionais de indivíduos com APLV.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Elaborar duas formulações de cookie com diferentes quantidades de alfarroba
- Desenvolver formulações com quantidades adequadas de cálcio e vitamina B3 isento de proteína do leite.
- Realizar avaliação sensorial pelo teste afetivo de aceitação e alcançar um adequado nível de aceitabilidade do cookie para os atributos de aparência, aroma, sabor, textura e avaliação global.

- Obter uma boa resposta na intenção de compra desse produto.
- Calcular as informações nutricionais e valores de referência diários.

MATERIAL E MÉTODOS

A presente pesquisa trata-se de um estudo secundário, experimental, de natureza observacional, transversal, perspectivo, qualitativa e descritiva, que visa avaliar a aceitabilidade e a intenção de compra das formulações de cookies fonte de cálcio.

O projeto passará pela aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa, por meio da plataforma Brasil. E a análise sensorial será realizada na Universidade de Marília - UNIMAR, com 100 alunos do curso de nutrição, julgadores não treinados com faixa etária acima de 18 anos, mediante a autorização da coordenadora. No momento da aplicação da avaliação serão utilizados os devidos cuidados de distanciamento social, utilização de máscara de proteção e álcool em gel. Para que os alunos participem dessa pesquisa será entregue um termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) explicando todo procedimento que será realizado, o qual deverá ser assinado pelos responsáveis.

Para a realização desta pesquisa serão desenvolvidos duas formulações de cookies com diferentes quantidades de alfarroba, elaborado pelos autores da pesquisa. As formulações dos cookies serão desenvolvidas no Laboratório de Técnica Dietética da UNIMAR, seguindo as Boas Práticas de Fabricação (BPF), utilizando farinha de coco, óleo de coco, açúcar mascavo, fermento em pó, ovo, alfarroba em pó, adicionados amendoim e chocolate em gotas vegano.

Para a receita utilizará os seguintes equipamentos: processador de 900 watts de potência, uma balança portátil e um forno a gás.

Para a elaboração das formulações serão utilizados um processador para picar o amendoim em pedaços menores. Todos os ingredientes serão pesados e posteriormente misturados, primeiro os secos e depois os líquidos. Quando a massa obter uma textura consistente serão cortados, todos com o mesmo tamanho com o auxílio de um cortador e levados ao forno pré-aquecido a 180°C por 15/20 minutos. Depois de assados serão armazenados em temperatura ambiente e em local adequado e fechado até o momento da avaliação sensorial.

Para a realização da avaliação sensorial pelo teste afetivo de aceitação será utilizado a escala hedônica, de 9 pontos, sendo 1 desgostei extremamente e 9 gostei extremamente, para avaliar os atributos de: aparência, aroma, sabor, textura e avaliação global. Assim como para o teste de intenção de compra será utilizado uma escala de 7 pontos, sendo 7 compraria sempre e 1 nunca compraria.

Ao final da avaliação será realizado o cálculo do Índice de Aceitabilidade (IA):

$$IA (\%) = A \times 100 / B$$

Sendo:

A= nota média obtida para o produto

B= nota máxima dada ao produto

O IA com bom resultado esperado seria $\geq 70\%$

HIPÓTESE

Desenvolvimento de formulações isentas de proteína do leite de vaca e que contenha fonte de vitamina B3 e cálcio.

DESENHO DA PESQUISA

O plano de pesquisa foi elaborado de acordo com um estudo secundário, observacional, experimental, transversal, prospectivo, qualitativo e descritivo.

REFERÊNCIAS

BOYCE J.A. et al., **Guidelines for the diagnosis and management of food allergy in the United States.** J Allergy Clin Immunol - American Academy of Asthma, Allergy & Immunology, 2010.

FERREIRA et al., **Alergia às proteínas do leite de vaca com manifestações gastrointestinais.** Nascer e Crescer: revista de pediatria do Centro Hospitalar do Porto, 2014.

FIOCCHI et al., **World Allergy Organization (WAO) diagnosis and rationale for action against cow's milk allergy (DRACMA) guidelines.** WAO J - World Allergy Organization Journal, 2010.

MEDEIROS et al., **Ingestão de nutrientes e estado nutricional de crianças em dieta isenta de leite de vaca e derivados.** UNIFESP-EPM, Rio de Janeiro, 2004.

NUNES et al., **Alergia Alimentar.** FCNAUP, Porto Alegre, 2012.

OLIVEIRA, **Alergia à proteína do leite de vaca e intolerância à lactose.** UFJF, Juiz de Fora, 2013.

SABATINI et al., **Composição centesimal e mineral da alfarroba em pó e sua utilização na elaboração e aceitabilidade em sorvete.** Alimentação Nutrição Araraquara, 2011.

SAMPSON HA., **Update on food allergy.** J Allergy Clin Immunol - American Academy of Asthma, Allergy & Immunology 2004.

ASSOCIAÇÃO ENTRE QUALIDADE DO SONO E SÍNDROME METABÓLICA

GARCIA, Nataly¹; EZÍDIO, Karla Regina¹; SALLES, Marina L. D. de Moraes¹;
SCANAVACCA, Angiseli Damaceno¹; DETREGAICHI, Claudia Rucco Penteado²;
QUESADA, Karina²

1 – Acadêmico do curso de Graduação em Nutrição da Universidade de Marília - Unimar.

2 – Docente do curso de Graduação em Nutrição da Universidade de Marília - Unimar.

E-mail da orientadora: karinarquesada@gmail.com

RESUMO

Introdução: O sono prejudicado pode influenciar o bem-estar geral do indivíduo a curto, médio e longo prazo. A síndrome metabólica tem causa multifatorial, e dados de estudos tem sugerido que a qualidade do sono desempenha um papel importante no desenvolvimento da mesma, eis que o sono é de suma importância na manutenção da homeostase fisiológica e hormonal. **Objetivo:** averiguar a relação entre a qualidade do sono e a prevalência de Síndrome Metabólica entre adultos e idosos. **Material e métodos:** este projeto consistirá de uma pesquisa com desenho primário por meio de banco de dados, de acordo com os procedimentos técnicos do tipo clínica, de inferência observacional em período transversal, sendo de centro único e formato descritivo. O estudo será realizado em uma Unidade de Cardiologia do Hospital Beneficente Unimar (HBU) localizado em uma cidade do centro oeste paulista, no período de julho de 2021 a outubro de 2021. A coleta de dados será realizada a partir do levantamento de registros em prontuários. Serão incluídos todos os prontuários de pacientes adultos e idosos de ambos os sexos, que contenham todas as variáveis necessárias ao estudo, sendo observado um intervalo máximo de três meses entre os exames bioquímicos, os dados antropométricos e pressão arterial. Serão excluídos prontuários de pacientes gestantes e lactantes, pacientes que realizaram cirurgia bariátrica há menos de 2 anos. Os dados antropométricos coletados serão peso atual, estatura e circunferência da cintura, os dados bioquímicos serão glicemia jejum, triglicerídeos, colesterol total e colesterol HDL e a pressão arterial. Por fim, para investigar a qualidade do sono serão usadas como critério as respostas do Índice de Qualidade do Sono de Pittsburgh (PSQI). Para o diagnóstico da Síndrome Metabólica será utilizado o critério da Federação Internacional de Diabetes. O tratamento dos dados quantitativos será realizado com apoio de um programa de estatística. Para avaliar a associação das variáveis estudadas serão utilizados testes estatísticos apropriados, dependendo da variância dos dados a serem analisados. A probabilidade de significância considerada será 5% ($p \leq 0,05$) para as operações efetuadas. O presente estudo só terá início após a apreciação e aprovação do Comitê de Ética em pesquisa da universidade de Marília – Unimar.

Palavras chave: Associação. Distúrbio do Sono. Síndrome Metabólica.

INTRODUÇÃO

O sono consiste em um estado fisiológico, onde há cinco fases primordiais, diferenciando-se conforme eletroencefalograma (EEG), com a presença ou ausência de movimentos oculares rápidos (rapideyemovements - REM). O eletroencefalograma evidencia a lentidão progressiva no decorrer no sono REM, além da profundidade do sono conforme ausência de movimentos oculares (Não-REM), bem como atividade dominante de baixa voltagem, parecido com a da vigília (FERNANDES, 2006).

De acordo com Fernandes (2006), o ritmo neuroquímico acompanha as variações circadianas do chamado ciclo vigília-sono, mudando temperatura corporal, hormônios e neurotransmissores, relacionados aos diferentes estágios do sono e da vigília, cujo

conhecimento dos aspectos fisiológicos e das variações patológicas deste ciclo compõe as bases do estudo dos distúrbios do sono na prática clínica.

O sono prejudicado pode provocar malefícios à vida do ser humano, eis que aumentam a incidência de déficits cognitivos, diminuem o rendimento das atividades, com propensão a acidentes no trabalho, prejudicando o bem-estar geral do indivíduo a curto, médio e longo prazo (MULLER; GUIMARÃES, 2007).

As doenças inflamatórias e causa mortis estão relacionados com os distúrbios do sono, sendo necessário avaliar a duração e qualidade do mesmo, bem como exames bioquímicos que acusam inflamação em indivíduos que apresentam distúrbio de sono, podendo ser um marcador inflamatório determinante (IRWIM, 2015). Nesse mesmo âmbito, a qualidade de sono associa-se a síndrome metabólica, a qual consiste em um conjunto de fatores de risco metabólicos e cardiovasculares (BOREL, 2019).

Segundo Borel (2019), em 1988 a Organização Mundial da Saúde foi a primeira a conceituar a síndrome metabólica, focando na resistência à insulina e hiperglicemia. Após várias alterações, em 2009 houve uma harmonização nos critérios de diagnóstico, realizada pelas entidades internacionais como FID (Federação Internacional de Diabetes), NHLBI (Instituto Nacional de Coração, Pulmões e Sangue, dos EUA), AHA (Associação Americana do Coração), WHF (Federação Mundial do Coração), IAS (Sociedade Internacional de Arteriosclerose) e IASO (Associação Internacional para Estudos da Obesidade), sendo uma diretriz internacional seguida até hoje.

A má qualidade de sono, como presença de apnéia do sono, por exemplo, tem sido cada vez mais frequente, em virtude do aumento da obesidade na população, que se relaciona diretamente com o diagnóstico de síndrome metabólica e diabetes mellitus tipo 2 (CASTANEDA et al., 2018).

Há evidências que indivíduos que apresentam qualidade de sono prejudicada, apresentam resistência à insulina, hiperinsulinemia, aumento da secreção da epinefrina, noradrenalina e cortisol, que contribuindo para o aumento da gliconeogênese, podem acarretar a síndrome metabólica (CASTANEDA et al., 2018).

Conforme Fan et al. (2019), a síndrome metabólica tem causa multifatorial, e estudos tem confirmado que o baixo tempo de sono está relacionado com o desenvolvimento da síndrome metabólica, eis que o sono é de suma importância na manutenção da homeostase fisiológica e hormonal.

Um dos fatores metabólicos da síndrome metabólica é a resistência à insulina que pode influenciar o ciclo circadiano do sono. Há estudos que mostram também que o relógio circadiano apresenta conexão com o metabolismo da glicose e a sensibilidade a insulina, sendo que a interrupção circadiana pode levar a resistência à insulina, e consequente com outros fatores, a síndrome metabólica (STENVERS et al., 2018).

O ciclo circadiano consiste em um relógio cerebral central no núcleo hipotalâmico, sendo responsável pela coordenação de muitos processos diários, como o metabolismo da glicose e a sensibilidade a insulina. O desequilíbrio entre o comportamento sono-vigília e consumo exagerado de alimentos, como resultado de fatores genéticos, ambientais ou comportamentais, podem ser fatores importantes para o desenvolvimento da resistência à insulina, e consequentemente a síndrome metabólica, podendo provocar uma má qualidade de sono (STEVERS et al., 2018).

Segundo St-Onge et al. (2016), os estudos têm mostrado relação da duração do sono e ingestão alimentar, isto é, indivíduos que dormem menos tempo apresentaram maior ingestão calórica, com maior ingestão de gordura e ultraprocessados, levando a obesidade, e consequentemente aumento da gordura visceral abdominal, um dos fatores de síndrome metabólica. Por outro lado, Binks et al. (2020) relata que a dieta apresenta relação com a saúde e bem estar do ser humano, influenciando a qualidade do sono diretamente.

OBJETIVOS

Objetivo Geral

O presente projeto de estudo tem como objetivo averiguar a relação entre a qualidade do sono e a prevalência de Síndrome Metabólica em adultos e idosos.

Objetivo Específico

Realizar o levantamento de dados antropométricos (circunferência da cintura, peso corporal, estatura) e de exames bioquímicos (glicemia venosa de jejum, triglicerídeos, colesterol total, colesterol HDL), bem como da pressão arterial. Ademais, realizar o diagnóstico da Síndrome Metabólica e analisar a qualidade do sono.

MATERIAIS E METODOS

Este projeto consistirá de uma pesquisa com desenho primário por meio de banco de dados, de acordo com os procedimentos técnicos do tipo clínica, de inferência observacional em período transversal, sendo de centro único e formato descritivo.

O estudo será realizado em uma Unidade de Cardiologia do Hospital Beneficente Unimar (HBU) localizado em uma cidade do centro oeste paulista, no período de julho de 2021 a outubro de 2021. A coleta de dados será realizada a partir do levantamento de registros em prontuários. Serão incluídos todos os prontuários de pacientes adultos e idosos de ambos os sexos, que contenham todas as variáveis necessárias ao estudo, sendo observado um intervalo máximo de três meses entre os exames bioquímicos, os dados antropométricos e pressão arterial.

Os dados serão coletados por anonimização. O indivíduo que fará a coleta dos dados será treinado para manipulação dos prontuários e não fará parte da pesquisa. Será elaborada uma tabulação de excel com os dados necessários a serem coletados nos prontuários, dados antropométricos (peso atual, estatura e circunferência da cintura), dados bioquímicos (glicemia jejum, triglicerídeos, colesterol total, colesterol HDL) e pressão arterial. Serão excluídos prontuários de pacientes gestantes e lactantes, pacientes que realizaram cirurgia bariátrica há menos de 2 anos.

Para investigar a qualidade do sono serão usadas como critério as respostas do Índice de Qualidade do Sono de Pittsburgh (PSQI) elaborado por Buysse et al. (1989) e traduzido e validado para o português por Bertolazi (2008). Esse questionário faz parte da rotina clínica dessa unidade de cardiologia, e portanto se encontram em prontuário. O questionário de Pittsburgh é constituído por questões auto-relatadas divididas em sete domínios para avaliar subjetivamente o último mês: 1) qualidade do sono, 2) latência do sono, 3) duração do sono, 4) eficiência habitual do sono, 5) distúrbios do sono, 6) uso de medicação para dormir e 7) sonolência diurna e distúrbios durante o dia. Cada domínio possui escala de 0 a 3, em que zero indica nenhum problema e três problema grave. A soma desses valores gera um escore global de 0 a 21 em que valores iguais ou maiores do que 5 representam qualidade do sono pobre ou ruim (BUYSSE et al., 1989).

Para o diagnóstico de Síndrome Metabólica será utilizado o critério da Federação Internacional de Diabetes (IDF, 2006) considerando Circunferência da cintura para homens >94cm e mulheres >80cm, Triglicerídeos > 150mg/dL, Glicemia Jejum >100mg/dL, HDL Colesterol para mulheres <50mg/dL e para homens 40mg/dL e Pressão Arterial >130x85mmHg (IDF, 2006). O presente estudo só terá início após a apreciação e aprovação do Comitê de Ética em pesquisa da Universidade de Marília – Unimar.

HIPÓTESE

Acredita-se que haja relação entre a Síndrome Metabólica e a qualidade do sono.

REFERÊNCIAS

- BINKS, S.H. et al. Effects of Diet on Sleep: A Narrative Review. **Nutrients**, v. 12, n. 4, p. 936 - 954, 2020.
- BERTOLAZI, A.N. **Tradução, adaptação cultural e validação de dois instrumentos de avaliação do sono: Escala de sonolência de Epworth e Índice de qualidade de sono de Pittsburgh**. Porto Alegre, 2008.
- BOREL, A. L. Sleep Apnea and Sleep Habits: Relationships with Metabolic Syndrome. **Nutrients**, v. 2, n.11, p. 1, 2019.
- CASTANEDA, A. et al. Correlation between metabolic syndrome and sleep apnea. **World J Diabetes**, v. 9, n. 4, p. 66 - 71, 2018.
- BUYSSE, D.J. et al. The Pittsburgh Sleep Quality Index: a new instrument for psychiatric practice and research. **Psychiatry Res.** v. 28, n.2, p. 193 - 213, 1989.
- CASTANEDA, A. et al. Correlation between metabolic syndrome and sleep apnea. **World J Diabetes**, v. 9, n. 4, p. 66 - 71, 2018.
- FAN, L. et al. Non-linear relationship between sleep duration and metabolic syndrome: A population-based study. **Medicine (Baltimore)**, v. 99, n.2, p.18753, 2019.
- FERNANDES, R.M.F. O sono normal. **Medicina (Ribeirão Preto)**, v. 39, n. 2, p. 157 – 168, 2006.
- INTERNACIONAL DIABETES FEDERATION. **The IDF consensus worldwide definition of the METABOLIC SYNDROME**. Bruxelas, 2006.
- IRWIN, M.R. Whysleepisimportant for health: A psycho neuro immunology perspective. **Annu Re. Psychol**, v. 66, p. 143 – 172, 2015.
- JANSEN, E. et al. Palaeoclimate. In *ClimateChange: The Physical Science Basis. Contribution of Working Group to the Fourth Assessment Report of the Intergovernmental Panel on Climate Change*. Eds. **Cambridge University Press**, 2007. Disponível em: <https://pubs.giss.nasa.gov/abs/ja05100g.html> Acesso em: 18/03/2021.
- MULLER, M.R.; GUIMARAES, S.S. Impacto dos transtornos do sono sobre o funcionamento diário e a qualidade de vida. **Estud. psicol. (Campinas)**, v. 24, n. 4, p. 519 – 528, 2007.
- STENVERS, D.J. et al. Circadian clocks and insulin resistance. **Nat Rev Endocrinol.**, v. 15, n. 2, p. 75 - 89, 2019.
- ST-ONGE, M.-P. et al. Short sleep duration increases energy in takes but does not change energy expenditure in normal-weight individuals. **Am J ClinNutr**, v. 94, n. 2, p. 6 – 410, 2011.

ANÁLISE DE MIRNAS NA EXPRESSÃO DA PROTEÍNA UCP1, E SUA RELAÇÃO COM OS MECANISMOS DE OBESIDADE

PINHEIRO, Erick Vinicius brabo¹; LIMA, Fábio Brizolla¹; SGANZERLA, Pedro Lopes¹; NOVAIS, Paulo Cezar².

1 – Acadêmicos do curso de graduação em nutrição da universidade de Marília – UNIMAR.

2 – Docente do curso de graduação em nutrição da universidade de Marília – UNIMAR.

RESUMO

Introdução: A obesidade é caracterizada pelo acúmulo anormal ou excessivo de gordura no tecido adiposo com efeitos deletérios à saúde humana. É classificado pelo índice de massa corporal (IMC, peso em kg / altura em m²) e os indivíduos com pontuação de 30 kg / m² são definidos como indivíduos obesos. A prevalência de obesidade grave tem aumentado nas últimas décadas. O excesso de peso corporal é uma condição que aumenta substancialmente o risco de desenvolver uma série de doenças crônicas, como hipertensão, diabetes mellitus tipo 2, dislipidemia. A proteína UCP1 atua como uma barreira fisiológica contra o ganho de peso já que ela participa ativamente do processo termogênico dos adipócitos, sendo, portanto considerado uma proteína alvo terapêutica contra doenças metabólicas, como a obesidade e diabetes. Os miRNAs são pequenas moléculas endógenas não codificantes que possuem até 25 nucleotídeos e atuam controlando a expressão gênica em diversos processos patológicos, como a degeneração neurológica, doenças auto-imunes, processos inflamatórios, câncer e doenças metabólicas como a diabetes e obesidade. **Objetivo:** Analisar a expressão de miRNA na regulação da proteína UCP1, como um dos mecanismos epigenéticos da obesidade. **Material e Métodos:** será realizada através de revisão bibliográfica, uma pesquisa em artigos originais, utilizando-se como base de dados as plataformas Medline, Scielo, PubMed. Serão selecionados artigos dos últimos 5 anos e que relatem o envolvimento da proteína Prdm16 e a expressão de miRNA na obesidade, e não em outras patologias. **Palavras-chave:** Consumo de alimentos. Consumo de Sal. Pressão Arterial. Sódio.

Palavras chave; obesidade/obesity, termogênico/thermogenic, tecido adiposo marrom/brown adipose tissue, Prdm16 e miRNA

INTRODUÇÃO

Obesidade

A obesidade é caracterizada pelo acúmulo anormal ou excessivo de gordura no tecido adiposo com efeitos deletérios à saúde humana. É classificado pelo índice de massa corporal (IMC, peso em kg / altura em m²) e os indivíduos com pontuação de 30 kg / m² são definidos como indivíduos obesos (CHOOI, DING, MAGKOS, 2018).

A obesidade grave é definida pelo IMC de 40 kg / m² e esses indivíduos têm uma condição de saúde crônica séria. A prevalência de obesidade grave tem aumentado nas últimas décadas. O excesso de peso corporal é uma condição que aumenta substancialmente o risco de desenvolver uma série de doenças crônicas, como hipertensão, diabetes mellitus tipo 2, dislipidemia (FINGERET; VIDAL; VOLLENWEIDER, 2018), insuficiência cardíaca (CLARK; FONAROW; HORWICH 2014), osteoartrite (KULKARNI et al., 2016), apnéia do sono (RAVEENDRANA et al., 2017), problemas respiratórios (BANERJEE; HEIDEN. 2018), e câncer de mama (BANDERA et al., 2015).

A obesidade resulta de uma interação entre uma situação de risco genético e aspectos ambientais, como excessiva ingestão calórica, estilo de vida sedentário, ambiente

intrauterino (assinaturas epigenéticas), microbiota intestinal status socioeconômico (GOODARZI, 2018).

UCP1 – Proteína Desacopladora

A proteína desacopladora originais (UCP1 ou pirogênica) atua "dissociando" o consumo de oxigênio do difosfato de adenosina (ADP), fosforilando o tecido adiposo marrom, um processo muito comum em roedores e animais em hibernação. No entanto, em humanos e outros grandes mamíferos, o tecido adiposo marrom desaparece após a infância, com pouco ou nenhuma expressão detectável da proteína desacopladora 1 (UCP1) em adultos. (NAGY, et al., 2004).

Quando a impressão do frio é transmitido no hipotálamo, no sistema nervoso central são liberadas catecolaminas que irão ativar os receptores adrenérgicos no TAM (Tecido adiposo Marrom), que irá estimular a proteína ligada ao cAMPquinase PKA, causando uma ativação de triacilglicerol e lipase, sendo assim fazendo um aumento na lipólise, após a lipólise e a liberação de ácidos graxos livres servem como ativação UCP1 (Li;FROMME;KLINGENSPOR, 2017).

A proteína UCP1 atua como uma barreira fisiológica contra o ganho de peso já que ela participa ativamente do processo termogênico dos adipócitos, sendo, portanto considerado uma proteína alvo terapêutica contra doenças metabólicas, como a obesidade e diabetes (KARBIENER et al., 2013; VARGAS-CASTILLO et al., 2017).

MicroRNA X Obesidade

Os miRNAs são pequenas moléculas endógenas não codificantes que possuem até 25 nucleotídeos e atuam controlando a expressão gênica em diversos processos patológicos, como a degeneração neurológica, doenças auto-imunes, processos inflamatórios, câncer e doenças metabólicas como a diabetes e obesidade (BARTEL, 2009; HENEGHAN et al., 2010)

A expressão da proteína Prdm16 dentre outros fatores de transcrição, regula positivamente a diferenciação de adipócitos marrom. Kim et al (2018), relatam que estudos prévios demonstraram uma alta expressão de miRNAs em tecido adiposo marrom em comparação com o adiposo branco; dentre eles o miRNAs 133-a que atua silenciando a proteína Prdm16, inibindo assim a adipogênese marrom. A diferenciação o dos adipócitos marrom e amplamente diferenciada mediada por Prdm16 (TRAJKOVSKI et al., 2012; GHARANEI et al., 2020).

O miRNA 133 contém 2 isômeros (MIR – 133-A e 133-B) com sequencias semelhantes, esse MIR-133 é altamente expresso TAM e no TAB (tecido adiposo branco inguinal) assim como em tecido muscular e células miogênicas, em baixa temperaturas os níveis de MIR-133 são observados no tecido adiposo marrom e tecido adiposo subcutâneo, isto se dá em razão de uma hipoexpressão de Mef2 (GHARANEI et al., 2020).

OBJETIVOS

Analisar a expressão de miRNA na regulação da proteína UCP1, como um dos mecanismos epigenéticos da obesidade.

MATERIAL E MÉTODOS

O trabalho será realizado através de revisão bibliográfica, a busca literária será realizada através de pesquisa em artigos originais, utilizando-se como base de dados as plataformas: Medline, Scielo, PubMed.

Serão selecionados artigos dos últimos 5 anos e utilizadas como palavras chave; obesidade/obesity, termogênico/thermogenic, tecido adiposo marrom/brown adipose tissue, Prdm16 e miRNA. Usando operador booleano palavra "and".

Os artigos que serão selecionados e utilizados no trabalho, serão aqueles que relatem o envolvimento da proteína Prdm16 e a expressão de miRNA na obesidade, e não em outras patologias.

HIPÓTESE

Acredita-se que o conhecimento ou entendimento da participação do miRna 133 que regula a expressão da proteína UCP podem ser fortes candidatos a marcadores biológicos que contribuirão para a conduta no tratamento de pacientes obesos.

REFERÊNCIAS

CASTILLO, A.V. *et al.* Understanding the Biology of Thermogenic Fat: Is Browning A New Approach to the Treatment of Obesity, 2017.

BANDERA, E.V. *et al.* Obesity, body fat distribution, and risk of breast cancer subtypes in African American women participating in the AMBER Consortium. *Breast Cancer Res Treat*, 2015.

BANERJEE, A; HEIDEN, E. Obesity and the effects on the respiratory system A2. In: Weaver JU, ed. *Practical guide to obesity medicine*, 1st edition, New castle, UK: Elsevier; 2018.

CLARK, A.L.; FONAROW, G.C.; HORWICH, T.B.; Obesity and the obesity paradox in heart failure. *Prog Cardiovasc*, 2018.

ORTEGA, F. J. *et al.* Targeting the Circulating MicroRNA Signature of Obesity .2013.

FINGERET, M.; MARQUES, V. P.; VOLLENWEIDER, P. Incidence of type 2 diabetes, hypertension, and dyslipidemia in metabolically healthy obese and nonobese. *Nutr Metab Cardiovasc. Dis* 2018.

GOODARZI, M. O. Genetics of obesity: what genetic association studies have taught us about the biology of obesity and its complications. *Lancet Diabetes Endocrinol*. 2018.

ZHOU, J.Y.; LI, L. MicroRNAs are key regulators of brown adipogenesis, 2014.

KULKARNI, K. *et al.* Obesity and osteoarthritis. *Maturitas*, 2016.

KARBIENER, M. *et al.* MicroRNA-26 family is required for human adipogenesis and drives characteristics of brown adipocytes, 2013.

RAVEENDRAN, R. *et al.* Obesity hypoventilation syndrome, sleep apnea, overlap syndrome: Perioperative management to prevent complications. *Curr Opin Anaesthesiol*. 2017.

ZHANG, R. *et al.* Role of genetic and environmental factors in DNA methylation of lipid metabolism, 2017.

LU, T.; ROTHENBERG, M. E. MicroRNA, 2018.

NAGY, T. R. *et al.* Role of UCP2 and UCP3 in Nutrition and Obesity, 2004.

JOFFE & HOUGHTON. A Novel Approach to the Nutrigenetics and Nutrigenomics of Obesity and Weight Management, 2016.

LI, Y.; FROMME, T.; KLINGENSPOR, M. The polymorphisms of UCP2 and UCP3 genes associated with fat metabolism, obesity and diabetes, 2017

CHOOI, Y. C.; DING, C.; MAGKOS, F. The epidemiology of obesity. Ymeta (2018).

Sessão de comunicações

Apresentação E-pôster

RESUMOS SIMPLES

INTERFERÊNCIA DA GLUTAMINA NO CÂNCER DE PÂNCREAS

GARCIA, Nataly*; SCANAVACCA, Angiseli Damanceno*; QUESADA, Karina Rodrigues **; DETREGIACHI, Cláudia Rucco Penteado ***.

O câncer de pâncreas (CP) é uma das causas mais comuns de mortalidade relacionada ao câncer, com um prognóstico sombrio que pouco mudou nos últimos tempos. Em decorrência da identificação normalmente tardia da doença, a taxa de sobrevida global varia entre seis meses a cinco anos. A fim de melhorar a sobrevida e a qualidade de vida de pacientes com CP tem crescido o número de estudos publicados. Dentre estes, estudos que correlacionam a suplementação de glutamina com o prognóstico de indivíduos com diagnóstico de CP. Com o objetivo de avaliar e fomentar a interferência da suplementação da glutamina nos casos de CP, foi realizada uma revisão integrativa a partir da elaboração de uma pergunta norteadora: “Qual a interação da glutamina no câncer de pâncreas?”. Para tanto foi realizada pesquisa de artigos no banco de dados Pubmed usando os termos “glutamine” and “pancreatic cancer” and “interaction”. Da busca foram obtidas 25 publicações entre os anos de 2016 a 2018. A seleção dos artigos a serem utilizados nesta revisão foi feita a partir da análise dos objetivos, metodologias e conclusões de cada publicação em busca de responder à pergunta norteadora. Assim, nove artigos foram inseridos neste estudo os quais evidenciam que o uso da glutamina contribui para amenizar os efeitos adversos decorrentes do tratamento medicamentoso no combate ao CP, protegendo o trato gastrointestinal e possibilitando uma menor fraqueza devido ao aumento da massa magra fortificando a musculatura. Tal suplementação contribui para uma melhor evolução do paciente durante o tratamento, com melhora qualidade de vida. Em estudos mais específicos, com evidência em nível celular, demonstram que tal suplementação gera importante controle das alterações metabólicas, sobretudo entendendo as espécies reativas de oxigênio, taxa de acidificação extracelular e taxa de consumo de oxigênio nas células tumorais com impacto benéfico significativo na oncogênese. A sinalização oncogênica impulsionada pela mutação do gene KRAS (Kirsten rat sarcoma viral oncogene homolog) é necessária para alimentar tumores pancreáticos por meio da ativação de processos metabólicos importantes, incluindo aumento da glicólise e consumo de glutamina. Um análogo de α -cetoglutarato permeável à membrana celular ou a superexpressão de glutamato desidrogenase levam à diminuição da proliferação e aumento da morte celular apoptótica em células adenocarcinoma pancreático (PDAC). Estudos indicam que o metabolismo mitocondrial glutamina pode ser um regulador primordial do crescimento PDAC. Quando examinado a anaplerose da glutamina aumentada induz a morte apoptótica em células PDAC indicando maior sensibilidade. Em contrapartida, o papel do metabolismo da glutamina na senescência celular não está totalmente definido. Outros estudos demonstram a proliferação das células tumorais dependendo do metabolismo da glutamina envolvendo a mutação do KRAS. Muitas células cancerosas dependem da desaminação do glutamato derivado de glutamina para repor o pool de carbono mitocondrial, o PDAC adenocarcinoma ductal pancreático usa aspartato derivado de glutamina para manter o estado redox celular, considerado essencial para o crescimento do PDAC. Os achados desta revisão respondem que a suplementação de glutamina é indicada para pacientes com CP na dosagem adequada.

Palavras-chave: Câncer. Glutamina. Interferência. Pâncreas

* Acadêmica do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Marília –Unimar

** Docente da Universidade de Marília –Unimar

*** Docente do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Marília – Unimar. Docente do Programa de Mestrado Interdisciplinar em Interações Estruturais e Funcional na Reabilitação - UNIMAR.

E-mail: karinarquesada@gmail.com

AVALIAÇÃO DO RESTO-INGESTÃO DE UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO HOSPITALAR

OLIVEIRA, Carlos Roberto Júnior* ; MILLER, Tânia Correa**.

As Unidades de Alimentação e Nutrição (UANs), são locais específicos para a realização do preparo de refeições nutricionalmente adequadas e equilibradas em relação aos macronutrientes e micronutrientes, a fim de garantir saúde, assegurar a qualidade organoléptica e higiênico-sanitária dos alimentos. O desperdício de alimentos é sinônimo de falta de qualidade, perda econômica e deve ser evitado por meio de um planejamento adequado, para que não haja excesso de produção e de restos, para evitar ao máximo a geração de resíduos que são dispensados no lixo e conseqüentemente no meio ambiente. Pelo fato do desperdício alimentar gerar custo financeiro e ambiental, torna-se necessária a conscientização das pessoas para redução deste por meio de campanhas e treinamentos para clientes/pacientes, manipuladores/colaboradores e fornecedores. Para garantir a segurança alimentar, o reaproveitamento de sobras limpas deve ser mínimo e de sobras sujas deve representar uma porcentagem mais próxima de zero, pois quanto maior a quantidade de alimentos desperdiçados estando adequados para o consumo, maior será o custo da produção. O presente estudo tem como objetivo, reduzir o resto-ingestão dos clientes e pacientes de um hospital. O hospital situa-se em uma cidade do interior do estado de São Paulo. Será feito um acompanhamento do resto ingestão da refeição do almoço. Será colocado em cada mesa e no balcão de distribuição do restaurante um display com informações sobre a importância de evitar o desperdício de alimentos que são deixados nos pratos pelos clientes. Será feito também um controle e acompanhamento do peso (kg) dos alimentos desperdiçados, através de uma balança digital. Serão recolhidos todos os restos alimentares deixados pelos clientes/pacientes em uma área reservada e apropriada. Este controle será realizado diariamente e os dados serão analisados rotineiramente para o planejamento de ações para reduzir a produção de resíduos alimentares.

Palavras-chave: Desperdício alimentar. Refeições hospitalares. Resíduos de alimentos.

* Acadêmico do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Marília –Unimar.

** Docente da Universidade de Marília –Unimar.

E-mail da orientadora: tmiller@unimar.br

ÔMEGA 3: SUA RELAÇÃO COM O SISTEMA IMUNE E A REDUÇÃO DE INFLAMAÇÕES

BRIZOLLA, Fábio de Lima*; OLIVEIRA, Carlos Roberto Júnior*; TARDIM, Milena Cristina Bonadio*; BECHARA, Karina Quesada**.

Os ácidos graxos poli-insaturados ômega 3 (PUFAs) são ácidos graxos essenciais que os seres humanos podem obter através da dieta, onde o mesmo tem benefícios para a saúde humana. O estudo tem como objetivo investigar a relação do ômega 3 com a imunidade. Trata-se de um estudo de revisão da literatura, onde o levantamento bibliográfico refere-se a artigos de 2006 até 2021. A busca de artigos foi realizada nas bases eletrônicas National Library Medicine (PUBMED), Biblioteca Virtual em Saúde do Ministério da Saúde (BVS) e Scientific Electronic Library Online (SciELO). Para seleção dos artigos realizou-se, primeiramente, a leitura dos resumos das publicações selecionadas, os artigos foram selecionados e analisados cuidadosamente, através de uma leitura crítica. Foram utilizados, para busca dos artigos, os seguintes descritores e suas combinações nas línguas portuguesa e inglesa: “Ômega 3”, “Imunidade”, “Ácidos Graxos”, “Inflamação”, e “Nutrição”.

Os dados dos estudos mostram que a utilização de ômega 3 está relacionado com a melhora do sistema imune e a redução de inflamações. Uma nutrição adequada ajuda a apoiar uma função imunológica ideal podendo reduzir o impacto de infecções, desempenhando um papel fundamental no suporte das células do sistema imunológico. O ômega 3 eleva o potencial de melhorar as respostas imunes adaptativas desreguladas associadas ao desequilíbrio metabólico. Os PUFAs ômega 3 demonstram efeitos imunomoduladores atuando no sistema imunológico aumentando a resposta orgânica contra determinados microrganismos, como os fungos, bactérias e protozoários. O ômega 3 está relacionado com a melhora e prevenção de doenças, como a doença cardiovascular, obesidade, câncer, artrite reumatoide, asma, melhorando as respostas imune adaptativas e a modulação intestinal, reduzindo a inflamação. Ao passar dos anos os ácidos graxos poli-insaturados (PUFAs) tem tido um papel fundamental na melhora da função imunológica e na redução da inflamação sistêmica.

Palavras-chave: Ômega 3. Imunidade. Ácidos Graxos. Inflamação. Nutrição.

* Acadêmico do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Marília –Unimar.

**Docente da Universidade de Marília –Unimar.

E-mail da orientadora: karinarquesada@gmail.com

IMPACTOS NEUROLÓGICOS EM PACIENTES PÓS COVID-19

VANUCCI, Daniel Malta*; ROSSI, Karolen Santana*; DETREGIACHI, Cláudia Rucco Penteado**; MARCONATO, Mara Silvia Foratto***

Introdução: COVID-19 é uma doença infecciosa causado pelo coronavírus 2 (SARS-COV-2), identificada pela primeira vez em Wuhan, China, no início de dezembro de 2019. O alto grau de transmissibilidade desse vírus e sua capacidade infectar rapidamente um grande número de pessoas em um pequeno intervalo de tempo resultaram na declaração de pandemia da COVID-19 pela Organização Mundial da Saúde (OMS) no dia 11 de março de 2020. Os casos podem se apresentar de maneira assintomática ou em sintomas mais comuns, dentre eles, febre, cansaço e tosse seca; entretanto, alguns pacientes chegam a apresentar delírio ou encefalopatia, agitação, acidente vascular cerebral, olfato e paladar prejudicados, ansiedade, depressão e distúrbios de sono. Estudos recentes mostram possíveis manifestações neurológicas relacionadas à pacientes pós COVID-19. **Objetivos:** Buscar em materiais bibliográficos a relação entre alteração neurológica e COVID-19. **Metodologia:** Foi realizada uma revisão integrativa em duas bases de dados: *National Library of Medicine* (NIH/NLM) e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Para a seleção dos estudos, foram utilizadas as seguintes palavras-chave: “covid-19”, “memory”, “survivors”, “doenças neurológicas”. Na pré-seleção dos artigos, foi realizada a leitura do resumo em busca de resposta para a pergunta da pesquisa: “A Covid-19 causa impactos neurológicos nos pacientes infectados?”. Ao todo foram encontrados 24 artigos e dez deles foram utilizados nessa pesquisa. Os demais estudos foram descartados por não responderem à pergunta norteadora da pesquisa. **Resultados:** A infecção por SARS-CoV-2 tem gerado efeitos na função mitocondrial, proteases e respostas ao estresse do retículo endoplasmático. Essas vias estão correlacionadas com a patogênese de várias doenças neurodegenerativas. Além disso, a agressividade dos sintomas causados pelo SARS-CoV-2 tem mostrado comprometimento neurológico em pacientes hospitalizados e não hospitalizados. Dentre a esses comprometimentos estão a demência, perda de memória, transtornos psicológicos e comprometimento neurocognitivo, levando a baixa qualidade de vida a curto prazo. **Conclusão:** Os estudos revisados correlacionam COVID-19 com consequências futuras de diagnósticos neurológicos e psiquiátricos. No entanto, são necessários mais estudos para compreender e relacionar a fisiopatologia das manifestações neurológicas em pacientes com COVID-19.

Palavras chave: Covid-19. Manifestações neurológicas. SARS-Cov-2.

* Acadêmico (a) do curso de Graduação em Nutrição/UNIMAR

** Docente do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Marília – Unimar. Docente do Programa de Mestrado Interdisciplinar em Interações Estruturais e Funcional na Reabilitação - UNIMAR.

*** Docente da Universidade de Marília – UNIMAR.

E-mail: claurucco@gmail.com

ANTIOXIDANTES NA PREVENÇÃO DO MAL DE PARKINSON

VANUCCI, Daniel Malta*; SGANZERLA, Pedro Lopes*; DETREGIACHI, Cláudia Rucco Penteado**, MARCONATO, Mara Silvia Foratto***.

O Mal de Parkinson (MP) é uma doença neuro-degenerativa progressiva caracterizada por danos graves e morte de células produtoras de dopamina, por conta da redução da capacidade antioxidante das células. É uma doença neurológica comum, descrito por sintomas de tremores, bradicinesia e rigidez dos membros. As reações intracelulares podem ser neutralizadas e/ou amenizadas pelos antioxidantes naturais, vitaminas, proteínas e vias de sinalização antioxidante. O objetivo do estudo foi realizar um levantamento de dados visando esclarecer a relação entre o consumo de antioxidantes e a prevenção e/ou terapia para o MP. Foi realizada uma revisão integrativa em duas bases de dados: *The Scientific Electronic Library Online* (SciELO) e National Institutes of Health's National Library of Medicine (NIH/NLM). Para a seleção dos estudos, foram utilizadas as seguintes palavras-chave: “antioxidante”, “parkinson” e “prevention” / “prevenção”. Durante a pré seleção dos artigos, foi realizada a leitura do resumo em busca de resposta para a pergunta da pesquisa: “Papel dos antioxidantes na terapia e/ou prevenção do MP”. Ao todo foram encontrados 20 artigos, dentre eles utilizamos sete nessa pesquisa. Os demais estudos foram descartados por não responderem à pergunta norteadora da pesquisa. Após a análise dos artigos, foi observado que certos alimentos podem contribuir para que ocorra o estresse oxidativo e inflamação pois são interdependentes. Os radicais livres ativam genes que são pró-inflamatórios, e que podem desencadear uma série de reações de inflamações progressivas nos locais que foram danificados, criando lesões celulares e estresse oxidativo. Alimentos inflamatórios como açúcar, carboidratos refinados, carnes vermelhas e alimentos processados causam um aumento desse estresse oxidativo. Dentre os estudos, é importante salientar alguns resultados, tais como a ingestão de alimentos com alto teor de vitaminas E e C está associada à uma prevenção, uma vez em que reduzem o estresse oxidativo, sendo benéfico em relação ao tratamento e a prevenção do MP. Além dessas vitaminas, também foi observado benefícios na ingestão de vitaminas B6, B12, D e folato. No geral, conclui-se que existe uma importância nutricional atrelada a tratamento e a prevenção do MP uma vez que todos os aspectos citados tem uma influência positiva para sua prevenção. Entretanto, ainda é necessário realizar mais estudos sobre essa relação de antioxidantes e MP.

Palavras chave: Antioxidantes. Prevenção. Parkinson.

* Acadêmico (a) do curso de Graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Marília – Unimar. Docente do Programa de Mestrado Interdisciplinar em Interações Estruturais e Funcional na Reabilitação - UNIMAR.

*** Docente da Universidade de Marília – UNIMAR.

E-mail: claurucco@gmail.com

SATISFAÇÃO DOS COMENSAIS DE DUAS UNIDADES DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

GIMENES, Eduardo Aznar^{*}; SILVA, Lucas Roberto Novais Sá Teles^{*}; SANTOS, Mateus Cezar dos^{*}; GODOY, Matheus Jeliel Franco^{*}, MILLER, Tania Correa^{**}

As Unidades de Alimentação e Nutrição (UANs) são unidades de trabalho ou órgão de uma empresa que desempenham atividades relacionadas à alimentação e a nutrição, independente da situação que ocupam na escala hierárquica da entidade. O uso de indicadores de qualidade em restaurantes e serviços de alimentação mostrou-se efetivos na melhoria contínua de todo o processo de produção. Sendo assim, evidenciam a eficácia frente às necessidades e a satisfação, por meio de mensuração das características que visam o controle da qualidade. O atual estudo tem por principal objetivo, conhecer o grau de satisfação dos trabalhadores de duas empresas situadas no interior do estado de São Paulo, em relação aos serviços prestados por duas UANs, uma vez que pertencem a uma mesma prestadora de serviço de alimentação. Trata-se de um estudo transversal e quantitativo, Trata-se de um estudo transversal, quantitativo e retrospectivo, que fará a comparação da satisfação dos clientes com a alimentação servida no período do mês de Maio de 2021. A obtenção de dados será feita por meio da avaliação dos painéis e cadernos de anotação que as UANs disponibilizam aos comensais para eles expressarem a satisfação pelo serviço. O levantamento dos dados presentes nos cadernos será referente aos elogios, as sugestões de melhorias e críticas feitas pelos comensais. Na empresa que possui o painel eletrônico, serão coletadas e contabilizadas as avaliações e a classificação das avaliações dos comensais serão consideradas ótima, boa e ruim em ambas as empresas. Posteriormente, o armazenamento e o tratamento dos dados serão feitos pelo recurso do Microsoft Office Excel.

Palavras-chave: Alimentação Coletiva. Colaboradores. Satisfação.

^{*} Acadêmico do curso de Nutrição da Universidade de Marília – UNIMAR.

^{**} Docente da Universidade de Marília – UNIMAR.

E-mail da orientadora: tmiller@unimar.br

FATORES INFLUENCIADORES NO REGANHO DE PESO DO PACIENTE APÓS CIRURGIA BARIÁTRICA PELA TECNICA BYPASS GASTRICO

SALLES, Marina Lancaster de Moraes^{*}; PINHEIRO, Erick Vinícius Brabo^{*}; DETREGIACHI, Cláudia Rucco Penteado^{**}; MARCONATO, Mara Silvia Foratto^{***}

A obesidade é considerada uma doença crônica, sendo complexa e multifatorial, aumentando os riscos de doenças cardiovasculares, diabetes mellitus tipo 2, câncer, e por fim mortalidade. Além de modificação de estilo de vida, reeducação alimentar e tratamento medicamentoso, a cirurgia bariátrica é reconhecida como uma das alternativas para tratamento de obesidade, conseguindo atingir uma perda de peso significativa no primeiro ano pós procedimento, com recuperação da qualidade de vida. Porém, o ganho de peso pode ocorrer em virtude dos hábitos alimentares inadequados pós cirurgia, comportamentos compulsivos, falta de acompanhamento junto à equipe multidisciplinar e ausência de exercícios físicos. Diante dessas considerações, o atual estudo tem como objetivo apresentar um resultado de revisão bibliográfica que mostre fatores que podem influenciar no reganho de peso em pacientes pós cirurgia bypass gástrico, sendo estes modificáveis ou previsíveis. A metodologia constou de revisão integrativa de artigos publicados nos últimos cinco anos, utilizando banco de dados Pubmed e Science Direct, por meio de critério de seleção de palavras chaves: “cirurgia bariátrica bypass”/by-pass surgery, “reganho de peso”/“weight regain” e “distúrbios comportamentais”/“behaviors disorders”. Como resultado, encontrou-se duzentos e quinze artigos científicos, sendo que apenas seis artigos responderam especificamente a essa problemática, visto que os demais desviaram do tema abordado. Assim, nessa revisão, foi evidenciado que o ganho de peso é multifatorial, como distúrbios psiquiátricos, fatores emocionais, falta de exercício físico, mudanças metabólicas ou hormonais, entre outros. Alguns estudos relacionaram também o reganho de peso e mudanças de comportamento alimentar, como por exemplo, o “binge eating”, o qual consiste em um comportamento alimentar compulsivo de alimentos em grande quantidade em pequeno tempo, presentes em pacientes pré e pós bariátricos. Há aumento nos estudos e conhecimento sobre mudanças no comportamento alimentar nos pacientes pós bariátricos, analisando o impacto que isso tem causado no reganho de peso até sete anos após by-pass gástrico. Constatou-se também ligação entre o histórico de trauma emocional e alguns tipos de distúrbios alimentares antes e após a cirurgia, sendo que pacientes com históricos depressivos e de trauma estão mais propensos a comer mais em quantidade um ano após a realização do bypass gástrico, além de outros estudos que evidenciaram que quaisquer alterações emocionais podem ter influência no comportamento alimentar três anos após cirurgia, sendo necessários mais estudos sobre o tema. Concluindo que os fatores comportamentos pré e pós bariátricos, como decorrentes de cunho emocional; distúrbios psiquiátricos; mudanças metabólicas e hormonais e estilo de vida podem influenciar no reganho de peso em determinado tempo pós cirurgia bypass gástrico. Palavras chave: Cirurgia bariátrica bypass. Reganho de peso. Distúrbios comportamentais.

^{*} Acadêmico do curso de Nutrição da Universidade de Marília – UNIMAR

^{**} Docente do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Marília – Unimar. Docente do Programa de Mestrado Interdisciplinar em Interações Estruturais e Funcional na Reabilitação - UNIMAR.

^{***} Docente da Universidade de Marília – UNIMAR.

E-mail: claurucco@gmail.com

SISTEMATIZAÇÃO DO CONTROLE DO ESTOQUE EM UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO (UAN)

PINHEIRO, Erick Vinícius Brabo^{*}; MILLER, Tânia Corrêa^{**}

Manter a organização no ambiente de trabalho é muito importante para qualquer profissional que queira ter mais produtividade e qualidade, pois garante às pessoas melhores condições de vida e facilidade no dia-a-dia, além do conforto e limpeza. A desordem pode causar muitos atrasos e até situações desconfortáveis, como a perda de tempo. Essa desorganização implica no rendimento do profissional e acaba afetando o seu humor e a sua saúde, além da possibilidade de desentendimento ou desgaste com outras pessoas. Atualmente com a crescente globalização e competitividade as empresas estão buscando diferentes formas de implantação de novas tecnologias e processos organizacionais. Os Sistemas de Informação vêm se destacando e se tornando importantes no desenvolvimento dos processos gerenciais. E nesse sentido, a busca por técnicas inovadoras na área de controle de estoque tem se intensificado nos últimos tempos, sendo necessário a utilização de ferramentas de auxílio a fim de se obter maior controle dos estoques. O objetivo desta pesquisa foi tornar mais fácil e prático o dia-a-dia dos funcionários que controlam os estoques de uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) por meio de um sistema informatizado. Foi proposta a implantação do sistema de gestão do estoque para que o processo seja realizado de forma padrão em toda a empresa. Dessa forma, o controle será realizado facilmente e rapidamente pelos estoquistas ou gestoras das UANs. Será organizado o estoque de forma informatizada de maneira que exista uma central (Sistema administrado pela Nutricionista chefe) e suas estações estrategicamente colocadas em locais onde há a existência de produtos alimentícios, bem como os de limpeza como detergente, álcool, sabão neutro, luvas de borracha, limpa vidros, desinfetantes, pano de chão, esponjas que tenham relação com a entrada e saída dos produtos de forma que sejam interligados entre si utilizando os seguintes materiais: Computador Central controladas pela nutricionista - Estação nos estoques secos controlados pelos funcionários da cozinha - Estação nos estoques de carnes que serão controlados pelos açougueiros.

Palavras chave: Cvs5. Estoque. Informatica. Uan.

^{*} Acadêmicos do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Marília - UNIMAR

^{**} Docente do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Marília – UNIMAR.

E-mail da orientadora: tmiller@unimar.br

IMPLEMENTAÇÃO DO PROTOCOLO ERAS E TREINAMENTO DA EQUIPE EM UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO HOSPITALAR

LIMA, Fábio Brizolla* ; ADELL, Adriana** ; MILLER, Tânia Corrêa***

O protocolo ERAS é um conjunto de medidas que vêm sendo adotada no perioperatório de cirurgia para minimizar complicações. Desta maneira, visa reduzir o tempo de internação. No Brasil, o protocolo ERAS é chamado de projeto ACERTO (Aceleração da Recuperação Total pós-operatória). Sua implementação requer a colaboração de uma equipe multidisciplinar, contando com cirurgiões, anestesistas, enfermeiros, fisioterapeutas, nutricionistas e equipe da Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) hospitalar. A dietoterapia aplicada, segundo o protocolo, propõe redução de tempo de jejum por meio da oferta de carboidratos no pré e pós-operatório imediato e quando necessário, propõe o uso de sonda nasogástrica. Outras orientações também são incentivadas para serem adicionadas à rotina hospitalar, entre elas a deambulação precoce e a redução do uso de opióides. Assim sendo, o objetivo final do protocolo ERAS é a redução de complicações no pós-operatório. Considerando que o protocolo ERAS envolve toda equipe do hospital, desde a hora que o paciente é internado até depois da sua alta hospitalar, é fundamental que a equipe de nutrição esteja capacitada para incorporar as alterações necessárias. Visando a implementação deste protocolo, foi proposto um treinamento para a equipe da UAN de um hospital situado no interior do estado de São Paulo com o objetivo de apresentar o protocolo ERAS junto ao curso de boas práticas de manipulação de alimentos (BPMA). O curso de boas práticas de manipulação foi elaborado tendo como principais tópicos abordados: higiene pessoal dos manipuladores de alimentos, cuidados em relação ao uso de uniformes, higienização das mãos, principalmente ao adentrar na UAN. Também foram abordadas as normas relativas ao local de trabalho, assim como o recebimento e armazenamento das mercadorias. A nomenclatura utilizada na dietoterapia pré e pós cirúrgica é de Dieta Leve, conforme já era habitual no hospital. Foram realizadas algumas alterações na rotina da UAN para adaptação das normas do protocolo. Todas as alterações tiveram como objetivo reduzir a oferta de alimentos fermentativos e estimular o bom funcionamento intestinal após os procedimentos cirúrgicos. São considerados como alimentos permitidos o arroz bem cozido, caldo de feijão, legumes cozidos até ficarem macios, carnes não gordurosas e frutas macias. É contra indicada a oferta de frutas com maior aporte de fibras alimentares, legumes e verduras cruas, condimentos fortes, grãos inteiros, carnes gordurosas e frituras. Foi adicionada à rotina hospitalar a oferta de suco rico em carboidratos duas horas antes da cirurgia, visando reduzir o tempo de jejum, assim como a oferta de café no pós-operatório. Também foram adicionadas as refeições principais uma porção extra de fonte proteica. Diante deste contexto, podemos concluir o quanto é importante ter um trabalho em conjunto entre a clínica e a UAN hospitalar para o atendimento integral dos pacientes, com o intuito de otimizar a dietoterapia recomendada pela literatura com a implantação de protocolos.

Palavras chave: Alimentos. Dieta. Nutrição Clínica. Período Perioperatório.

* Acadêmico do curso de graduação em nutrição da Universidade de Marília – UNIMAR.

** Nutricionista, Mestranda da Faculdade de Saúde Pública – USP.

*** Docente do curso de graduação em nutrição da Universidade de Marília – UNIMAR.

E-mail da orientadora: tmiller@unimar.br

ASSOCIAÇÃO DA VITAMINA D COM A COVID-19

SCANAVACCA, Angiseli Damaceno*; GARCIA, Giovanna Barbosa*; COSTA, Milene de Souza Ferreira*; QUESADA, Karina**.

A vitamina D não é simplesmente uma vitamina de um grupo de compostos solúveis em gordura responsáveis pela absorção intestinal de cálcio e fosfato, mas responsável por uma variedade de efeitos biológicos adicionais. Recentemente, foi relatado que exerce efeitos protetores contra infecções respiratórias. Estudos observacionais demonstraram uma associação entre a deficiência de vitamina D e um mau prognóstico de COVID-19; isso é alarmante, pois a deficiência de vitamina D é um problema de saúde global. O objetivo deste estudo foi compreender por meio de uma revisão bibliográfica, a relação contemporânea da vitamina D com o cenário mundial submetido à pandemia causada pela Covid-19. Foi realizada a pesquisa bibliográfica na base de dados: *PubMed Unique Identifier (PubMed)*. Para os critérios de seleção, foram utilizadas as seguintes palavras-chave: “Covid-19”/ “Vitamina D”/ “Associação”. Dentre os artigos pesquisados, estes foram pré-selecionados pelos títulos, e após a leitura dos resumos aqueles que responderam à pergunta da pesquisa: “Qual a relação da Covid-19 com a vitamina D?”. Foram 13 artigos utilizados, publicados em 2020. Os resultados demonstram a importância do metabolismo da vitamina D como um potencial tratamento profilático, imunorregulador e neuroprotetor em combate a Covid-19. A deficiência de vitamina D foi identificada como um fator independente para a soropositividade ao SARS-CoV-2 em indivíduos com sintomas de COVID-19. Alguns dados de estudos mostraram que a deficiência de vitamina D pode ser um fator de risco para mortalidade em pacientes com COVID-19. Resultados semelhantes foram obtidos em outros estudos, que relataram que a deficiência de vitamina D aumentou significativamente o risco de mortalidade por COVID-19. A deficiência desta vitamina resulta em desenvolvimento de doenças agudas e crônicas, e uma resposta imunológica comprometida, que foi associada ao aumento do risco e aumento das morbidades associadas a Covid-19. Além disso, a estimulação do receptor de vitamina D reduz a Síndrome do Desconforto Respiratório Agudo (SDRA) em pacientes com infecções por coronavírus. Conclui-se que, a maioria dos estudos já realizados demonstram uma associação entre baixas concentrações de vitamina D e suscetibilidade à infecção por SARS-CoV-2 e sua gravidade. No entanto, é necessário aguardar os resultados dos ensaios clínicos em curso e dar continuidade aos estudos para determinar se a suplementação de vitamina D pode ser uma estratégia terapêutica adequada para prevenir ou aliviar a COVID-19 e qual seria a dose indicada.

Palavra-chave: Covid-19; Vitamina D; Associação.

* Acadêmico (a) do curso de Graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília – UNIMAR.

E-mail: karinarquesada@gmail.com

BENEFÍCIOS DA PROTEÍNA ISOLADA DE SOJA NA SAÚDE DA MULHER

GARCIA, Giovanna Barbosa^{**}; DE FREITAS, Júlia Bispo Licate^{*}; DETREGIACHI, Cláudia Rucco Penteado^{**}, MARCONATO, Mara Silvia Foratto^{***}.

Os fitoestrógenos tem um papel importante como alternativa à terapia de reposição hormonal. Vários estudos demonstraram os efeitos das isoflavonas de soja na sintomatologia climatérica, reduzindo significativamente a frequência e a intensidade das ondas de calor, melhorando a qualidade de vida e diminuindo o risco cardiovascular. De acordo com uma revisão na literatura através da legislação, teses, dissertações acadêmicas e artigos publicados, os benefícios do consumo das isoflavonas da soja na saúde da mulher, têm sido evidentes. A soja é pertencente à família das leguminosas e é a única fonte de proteína de origem vegetal que possui todos os aminoácidos essenciais, sendo considerada de alto valor biológico. Assim, as isoflavonas destacam-se por serem compostos químicos não hormonais, com organização estrutural análoga a dos hormônios estrogênicos humanos, os quais exercem propriedades antioxidantes e a função de modular os receptores de estrógenos. O objetivo deste estudo foi compreender através de uma revisão bibliográfica, a relação contemporânea dos benefícios da isoflavona de soja relacionada ao período climatérico. Foi realizada a pesquisa bibliográfica básica exploratória na base de dados Bireme. Para os critérios de seleção, foram utilizadas as seguintes palavras-chave: “Soja”, “Climatério” e “Sintomas”. Dentre os vinte artigos pesquisados, estes foram pré-selecionados pelos títulos, e após a leitura dos resumos aqueles que responderam à pergunta da pesquisa foram oito, publicados entre 2003 e 2017. De acordo com os resultados obtidos por estes estudos, e relacionando-se à depressão de mulheres no climatério, o tratamento com isoflavonas de soja não produziu redução significativa nos sintomas depressivos de natureza predominantemente afetiva. Mas, em países orientais, a soja é um alimento muito consumido e a taxa de morbidade e mortalidade para doenças cardiovasculares, diabetes e câncer é menor do que a dos países ocidentais. Sem contar que as mulheres orientais, na menopausa, queixam-se muito menos dos sintomas do climatério do que as ocidentais. Estes resultados parecem ser devido ao maior consumo de soja por aquela população. Os sintomas do climatério, como por exemplo, os fogachos e o aumento da incidência de osteoporose, são atenuados com o consumo da soja. Vários métodos foram utilizados para avaliar os efeitos da isoflavona, do germên da soja e também os sintomas climatéricos na mulher em menopausa e pós menopausa relacionados ao perfil lipídico. Os estudos concluíram que a isoflavona, do germên da soja, induziu efeitos favoráveis sobre os sintomas climatéricos e o perfil lipídico e se mostrou uma terapêutica eficaz, apresentando-se como alternativa para mulheres nessa fase. A baixa ocorrência de efeitos colaterais resultou em uma maior aceitação pela continuidade do tratamento por parte das integrantes. **Palavras-chave:** Soja; Climatério; Sintomas.

* Acadêmico do curso de Nutrição da Universidade de Marília – UNIMAR.

** Docente do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Marília – Unimar. Docente do Programa de Mestrado Interdisciplinar em Interações Estruturais e Funcional na Reabilitação - UNIMAR.

*** Docente da Universidade de Marília – UNIMAR.

E-mail: claurucco@gmail.com

MICROBIOTA INTESTINAL E OBESIDADE: QUAL A RELAÇÃO?

FERREIRA, Giulia Maria Boaro*; MORENO, Julia Mansolelli*; DETREGIACHI, Cláudia Rucco Penteado **, MARCONATO, Mara Silvia Foratto ***.

Recentemente reconhecida como uma doença pela medicina, a obesidade uma doença pandêmica a qual admite pessoas com estilo de vida sedentário, consumo de alimentos ricos em açúcar refinado e gordura saturada, sendo estudado seus processos metabólicos envolvendo a fisiopatologia. A relação entre a obesidade e microbiota intestinal tem sido estudado devido ao fato de que o estilo de vida e alimentação tem grande influência na modulação da microbiota intestinal, já que as bactérias intestinais presentes estão envolvidas nos processos metabólicos a qual traz grande curiosidade em relação a obesidade. O objetivo do estudo foi realizar um levantamento bibliográfico para evidenciar a relação entre as alterações da microbiota intestinal e a obesidade. Foi realizada pesquisa bibliográfica básica e exploratória em três bases de dados: *The Scientific Eletronic Library Online* (SciELO), *Multidisciplinary Digital Publishing Institute* (MDPI) e *Revista Médica de Minas Gerais* (RMMG). Para critérios de seleção, foram utilizadas as seguintes palavras-chave: “obesidade” / “obesity”, “microbiota intestinal” / “intestinal microbiota” e “excesso de peso” / “overweight”. Desses artigos foi realizada a leitura do resumo em busca de resposta para a pergunta da pesquisa: “A microbiota intestinal tem influência na obesidade?”. Os três artigos que possuíam resposta para tal pergunta, foram utilizados nessa pesquisa. Após a análise dos artigos utilizados, conclui-se que ainda não há nenhuma confirmação dessa relação, porém deve-se levar em consideração as variáveis como dieta, atividade física, idade e sexo as quais podem ser usadas para uma modulação da microbiota intestinal e assim como, o uso de probióticos para essa modulação, porém não há estudos convincentes.

Palavras-chave: Obesidade. Microbiota Intestinal. Excesso de peso.

* Acadêmico do curso de Nutrição da Universidade de Marília – UNIMAR.

** Docente do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Marília – Unimar. Docente do Programa de Mestrado Interdisciplinar em Interações Estruturais e Funcional na Reabilitação - UNIMAR.

*** Docente da Universidade de Marília – UNIMAR.

E-mail: claurucco@gmail.com

INFLUÊNCIA DA NUTRIÇÃO NA PREVENÇÃO E TRATAMENTO DA DEPRESSÃO: UMA REVISÃO

MARTINS, Helen Dias^{*}; MARCONATO, Mara Silvia Foratto^{**}.

A depressão é uma doença crônica multifatorial que acomete mais de 300 milhões de pessoas em todo o mundo, podendo levar ao suicídio se não diagnosticada e tratada devidamente. Seu tratamento tem sido feito à base de fármacos e ajuda psicológica até então, porém os fatores nutricionais e alimentares dos indivíduos acometidos pela doença vêm se destacando cada vez mais. Dessa forma, o presente estudo tem como objetivo analisar a influência nutricional na prevenção e tratamento da depressão. Foi realizada pesquisa bibliográfica básica e exploratória em duas bases de dados: *Scientific Eletronic Library Online* (SciELO) e PubMed. Para os critérios de seleção, foram utilizados os descritores “nutrição na depressão”, “nutrientes e depressão”, “tratamentos para depressão”. Do levantamento foram encontrados dez artigos. As publicações foram pré-selecionadas e cinco foram utilizados neste estudo, publicados entre os anos de 2014 e 2020. O restante dos estudos foi descartado por não responder à pergunta da pesquisa. Após análise dos artigos utilizados, pode-se observar que as vitaminas D e do complexo B (B₆, B₉ e B₁₂), magnésio e zinco destacam-se como fatores que proporcionam melhora e diminuem o risco da doença depressiva. Referente as vitaminas do complexo B, estão relacionadas com a síntese de neurotransmissores do Sistema Nervoso Central (SNC) e também do metabolismo da homocisteína – que em grande quantidade causa danos vasculares e neurológicos -, além disso, possuem papel de melhorar a ação do medicamento antidepressivo. O calcitriol por sua vez, exerce função na síntese de neurotransmissores como a noradrenalina. O magnésio atua em várias enzimas (principalmente cerebrais) e neurotransmissores que participam da regulação do humor, além de ser fundamental na ligação do receptor de serotonina – que promove o bom humor e bem estar. O zinco tem fundamental papel no sistema imunológico, reduzindo marcadores inflamatórios que são associados a sintomas depressivos. As pesquisas evidenciaram a falta destes nutrientes com presença de distúrbios psicológicos. Com isso, constata-se que a nutrição se relaciona com fatores que levam a depressão, exercendo influência na prevenção e tratamento dessa comorbidade.

Palavras-chave: Depressão. Magnésio. Tratamento. Vitaminas. Zinco.

^{*} Aluno do Curso de Graduação em Nutrição da Universidade de Marília/Unimar.

^{**} Docente da Universidade de Marília/Unimar.

E-mail da orientadora: marasfmarconato@gmail.com

AVALIAÇÃO DO CONSUMO DE ÓLEO VEGETAL EM UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

MARTINS, Joice Domiciano* ; MILLER, Tânia Corrêa**.

As Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN) pertencem ao setor de alimentação coletiva, cuja finalidade é administrar a produção de refeições nutricionalmente equilibradas com bom padrão higiênico-sanitário para consumo fora do lar. A alimentação oferecida na UAN deve prezar pela qualidade e adequação nutricional. Dessa forma, com base no Guia Alimentar para a População Brasileira é recomendada a utilização de óleos e gorduras em pequenas quantidades para a busca de padrões alimentares saudáveis. É sabido que um consumo elevado de ácidos graxos e gorduras trans presente nas preparações com alta quantidade de óleo pode causar dislipidemias e obesidade, podendo ser acompanhada de hipertensão e diabetes, se constituindo em fatores de risco para doenças cardiovasculares. O objetivo do presente estudo foi avaliar a quantidade de óleo vegetal utilizada em uma UAN e compará-la com o preconizado pela Organização Mundial da Saúde (OMS). O estudo foi do tipo transversal, observacional, com a coleta dos seguintes dados: levantamento do número de refeições servidas diariamente que totalizaram 1500 refeições e a medida da quantidade de óleo vegetal utilizada no preparo das refeições, por um período de 5 dias (segunda à sexta). Por meio dos dados coletados, observou-se que para o total de 1500 refeições produzidas diariamente, foram utilizados uma média de 11 litros de óleo diariamente, resultando um per capita de 7 ml de óleo por refeição. De acordo com a OMS a ingestão de óleos e gorduras não deve ultrapassar duas porções diárias, o equivalente a 16mL/pessoa (uma colher de sopa cheia). Desta forma, o valor per capita de óleo vegetal está próximo ao recomendado, o valor encontrado corresponde ao oferecido em apenas uma refeição (almoço) e corresponde à aproximadamente uma porção. Um aspecto saudável em relação à utilização do óleo nas preparações é que não são servidas frituras nas refeições, sendo que a maioria dos alimentos são submetidos à cocção por calor úmido seguido de cocção de calor seco ou misto. Conclui-se que a quantidade de óleo vegetal utilizada está adequada sendo assim um fator benéfico para a saúde dos clientes.

Palavras Chave: Alimentação coletiva. Refeições. Serviços de Alimentação

* Acadêmica do curso de Graduação em Nutrição/UNIMAR.

** Docente do curso de Graduação em Nutrição/UNIMAR.

E-mail da orientadora: tmiller@unimar.br

CARDÁPIO ROTATIVO EM UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO (UAN) HOSPITALAR

BOSCO, Gabriela de Oliveira^{*}; FERREIRA, Giulia Maria Boaro^{*}; MORENO, Júlia Mansolelli^{*}; MILLER, Tânia Corrêa^{**}.

As refeições fornecidas em uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) hospitalar devem atender aos padrões dietéticos e higiênicos estabelecidos, visando o fornecimento de refeições nutricionalmente balanceadas e assim contribuir para a manutenção e recuperação do estado nutricional dos pacientes hospitalizados. Para que a atenção nutricional seja concretizada, é necessário estabelecer meios para padronização e qualidade no processo de produção das refeições. A Ficha Técnica de Preparação (FTP) é uma técnica de padronização e controle de qualidade das preparações, garantindo que uma mesma preparação seja fornecida com a mesma qualidade e características sensoriais, independente de quem a tenha preparado. A padronização da produção também é uma forma de controlar o desperdício alimentar da UAN hospitalar através da quantidade exata calculada na Ficha Técnica, além de facilitar o preparo das refeições para a equipe de produção. Esse projeto tem como objetivo padronizar um cardápio para Dieta Geral Oral (DGO) de uma UAN hospitalar com a finalidade de redução de custo, mão de obra e resto ingestão. O estudo é uma proposta de melhoria qualitativa e quantitativa, tanto no quesito financeiro como alimentar, do cardápio de Dieta Geral Oral (DGO) da UAN hospitalar por meio da análise do cardápio atual e do proposto. Foi elaborado um cardápio padronizado e rotativo de nove dias, que foi planejado de acordo com as preparações que tem mais aceitabilidade pelos usuários do serviço. Após a adesão do cardápio rotativo será realizado: i) elaboração de Fichas Técnicas das Preparações (FTP); ii) comparação do custo-benefício ao serviço com a implementação das FTP; iii) avaliação da aceitação dos pacientes e/ou funcionários usuários desse serviço.

Palavras-Chave: Ciências da Nutrição. Refeições. Terapia Nutricional.

^{*} Acadêmicos do curso de Nutrição da Universidade de Marília - UNIMAR.

^{**} Docente da Universidade de Marília - UNIMAR.

E-mail da orientadora: tmiller@unimar.br

EFICÁCIA DA FÓRMULA ENRIQUECIDA COM ZINCO, ARGININA E ANTIOXIDANTES NA CICATRIZAÇÃO DE LESÕES POR PRESSÃO (LPP)

FERREIRA, Giulia Maria Boaro^{*}; MORENO, Júlia Mansolelli^{*}; QUESADA, Karina^{**}.

A lesão por pressão (LPP) é definida pelo National Pressure Ulcer Advisory Panel (NPUAP) como “áreas localizadas de tecido necrótico que tendem a se desenvolver quando um tecido é comprimido entre uma proeminência óssea e uma superfície externa por tempo prolongado”. Acomete normalmente pacientes acamados, com declínio do estado nutricional e da imunidade. Com o objetivo de prevenir e tratar as LPP, foram desenvolvidos diversos suplementos para a TNE (suplementação nutricional oral, via sonda nasogástrica, nasoenteral ou percutânea - gastrostomia). Essas fórmulas são compostas principalmente por proteína, arginina, glutamina, vitamina C (ácido ascórbico), zinco, ferro e vitamina E. São esses, nutrientes imunomoduladores que auxiliam no processo de reconstrução do tecido e aceleram a cicatrização. Esse estudo tem como objetivo identificar através da revisão bibliográfica a eficácia de fórmulas constituídas de zinco, arginina e antioxidantes na cicatrização de pacientes com lesões por pressão (LPP). Foi realizada pesquisa bibliográfica básica e exploratória nas bases de dados: *Scientific Eletronic Library Online (SciELO)* e *Google Acadêmico*. Para critérios de seleção, foram utilizadas as seguintes palavras-chave: “suplementos nutricionais” / “nutritional supplements”, “cicatrização de feridas” / “wound healing” e “úlceras de pressão” / “pressure ulcer”. Desses artigos foi realizada a leitura do resumo em busca de resposta para a pergunta da pesquisa: “A suplementação da fórmula enriquecida com zinco, arginina e antioxidantes tem eficácia na cicatrização da LPP?”. Aqueles que possuíam resposta para tal pergunta, foram utilizados nessa pesquisa. A amostra final desta revisão foi constituída por seis artigos científicos. A partir dos achados encontrados nos artigos incluídos, esta revisão revelou que a suplementação de nutrientes imunomoduladores possui relatos significativos no tratamento de LPP que levam a considerável diminuição no tempo de internação principalmente em idosos desnutridos. Em suma, o uso de fórmulas enriquecidas com zinco, arginina e antioxidantes possuem efeitos significativos na cicatrização da LPP.

Palavras-Chave: Suplementos Nutricionais. Cicatrização de feridas. Úlcera de pressão.

^{*} Acadêmicos do curso de Nutrição da Universidade de Marília - UNIMAR.

^{**} Docente da Universidade de Marília - UNIMAR.

E-mail: karinarquesada@gmail.com

ÔMEGA 3 NO TRATAMENTO OU PREVENÇÃO DA DEPRESSÃO

CARVALHO, Liz*; VILELA, Lana Mara Araujo*; MARCONATO, Mara Silvia Foratto**;
DETREGIACHI, Cláudia Rucco Penteado***.

A suplementação com ácidos graxos ômega-3 (ω -3), nutriente a que se atribui propriedades nutracêuticas, parece que pode atenuar a dor e os distúrbios psiquiátricos. Os ácidos graxos poli-insaturados, grupo ao qual pertence o ω -3, atuam na sinalização celular, regulação enzimática, síntese de eicosanoides, regulação da migração neuronal, determinação da plasticidade sináptica e modulação de citocinas que possuem atividade neuromodulatória e neurotransmissora. Muitos mecanismos são sugeridos para explicar a ligação entre ω -3 e desordens psiquiátricas, incluindo: alterações nas funções das membranas; estabilização do humor; aumento na expressão de BDNF (*Brain-Derived Neurotrophic Factor*), proteína envolvida na neuroproteção, incluindo sobrevivência neuronal, arborização dendrítica, plasticidade sináptica e neurodesenvolvimento; redução da inflamação e, por fim, mudança na síntese de eicosanoides, docosatrienos e de genes do sistema nervoso central. O objetivo do estudo foi realizar um levantamento bibliográfico para evidenciar as ações terapêuticas dos ácidos graxos ω -3 no tratamento de pacientes com dor crônica que apresentam sintomas ansiosos e depressivos. Foi realizada uma revisão integrativa na base de dados *The Scientific Eletronic Library Online* (SciELO). Para a seleção foram utilizadas as seguintes palavras-chave: “depressão”, “ômega 3”, “prevenção” e “tratamento”. Dos artigos levantados foi realizada a leitura do resumo em busca de resposta para a pergunta da pesquisa: “O uso de terapêutica com ácidos graxos ω -3 tem benefícios no tratamento ou prevenção da depressão?”. Aqueles que possuíam resposta para tal pergunta, foram utilizados nessa pesquisa. Foram encontrados dois artigos e um foi descartado por não responder à pergunta da pesquisa. O estudo utilizado foi publicado no ano de 2013. Após análise do artigo, pode-se observar que o ácido docosahexaenóico (DHA), um dos componentes do ω -3, ao ser incorporado às membranas celulares dos neurônios, pode levar à melhor ligação dos neurotransmissores aos seus receptores. O aumento do ácido eicosapentaenóico (EPA), outro componente do ω -3, parece aumentar o suprimento de oxigênio e glicose para o cérebro e proteger contra o estresse oxidativo. A associação entre o consumo de ω -3 e a presença de sintomas depressivos e ansiosos está sendo investigada, e tem sido notado que sociedades com alto consumo de ω -3 apresentam menor prevalência de depressão. Corroborando com estas observações, estudo indicou que a depressão clínica é acompanhada de menor nível eritrocitário de ω -3, assim como reduzidos níveis plasmáticos e cerebrais desse ácido graxo. Conclui-se que a associação já estabelecida entre a presença de dor e os sintomas ansiosos e depressivos, é possível que a melhoria dos sintomas psicológicos possa estar relacionada à ação direta do ω -3 em nível cerebral ou indireta, pela ação deste ácido graxo na atenuação do quadro inflamatório que levaria à dor. Tanto pelas suas ações diretas em estruturas cerebrais quanto pela sua característica anti-inflamatória, a suplementação com ω -3 pode vir a ser uma estratégia benéfica para melhorar sintomas ansiosos e depressivos e o quadro algico em pacientes com dor crônica.

Palavras chave: Depressão. Ômega 3. Prevenção. Tratamento.

* Acadêmica do curso de Nutrição da Universidade de Marília/UNIMAR

** Docente do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Marília – Unimar. Docente do Programa de Mestrado Interdisciplinar em Interações Estruturais e Funcional na Reabilitação - UNIMAR.

*** Docente do curso de Nutrição da Universidade de Marília/UNIMAR.

E-mail: claurucco@gmail.com

LEUCINA E VITAMINA D NA SARCOPENIA

VILELA, Lana Mara Araujo*; SILVA, Stefanie Lanza*; QUESADA, Karina**

O envelhecimento é um processo que envolve declínio na função fisiológica, aumentando a prevalência de síndromes geriátricas, como por exemplo a sarcopenia, o que compromete a qualidade de vida e a funcionalidade dos idosos. A sarcopenia é uma síndrome caracterizada pela perda progressiva e generalizada de massa e força muscular, com resultados adversos como incapacidade física, quedas, fraturas, deterioração da qualidade de vida e aumento do risco de mortalidade. Entre os nutrientes, proteína de alta qualidade, leucina e vitamina D são de particular interesse por seus efeitos demonstrados na saúde do músculo esquelético. O estudo tem como objetivo investigar a relação leucina e vitamina D na sarcopenia, por meio de uma revisão integrativa sobre este tema. Trata-se de um estudo com coleta de dados realizada por meio de levantamento bibliográfico. Para o levantamento dos artigos na literatura, realizou-se uma busca nas seguintes bases de dados: National Library of Medicine (PubMed) e Scientific Electronic Library Online (SciELO). Foram utilizados, para busca dos artigos, os seguintes descritores e suas combinações nas línguas portuguesa e inglesa: “Leucina”; “Sarcopenia”; “Suplementos” e “Idosos”. Os critérios de inclusão definidos para a seleção dos artigos foram artigos publicados em português, inglês e espanhol, artigos na íntegra que retratassem a temática referente à revisão integrativa e artigos publicados e indexados nos referidos bancos de dados nos últimos 6 anos, a análise quanto as sínteses dos dados extraídos dos artigos foram realizadas de forma descritiva com o intuito de reunir o conhecimento produzido sobre o tema explorado na revisão. A amostra final desta revisão foi constituída por cinco artigos científicos. A partir dos achados encontrados nos artigos incluídos, esta revisão revelou que a suplementação da leucina e vitamina D, em conjunto com exercícios apropriados para a idade, não apenas aumenta a massa magra e a força, mas também aumenta outros aspectos que contribuem para o bem-estar em idosos sarcopênicos. No entanto, outros resultados do estudo mostraram que a suplementação de leucina à longo prazo sozinho não aumenta a massa muscular ou força. A maioria dos estudos demonstrou que a suplementação teve efeitos significativos no aumento da massa muscular e alguns na força e função musculares dos idosos sarcopênicos. Além disso, foi relatado que esta suplementação também induziu efeitos favoráveis na atenuação do estado inflamatório destes indivíduos. Ao todo, esses resultados positivos obtidos em condições rigorosas são promissores e garantem a corroboração em intervenções de longo prazo para demonstrar os benefícios potenciais da leucina na preservação da massa muscular e função. A suplementação de vitamina D deve ser considerada para melhorar o desempenho físico em adultos mais velhos e talvez para a força muscular em provavelmente idosos frágeis. Conclui-se que a literatura tem demonstrado cada vez mais resultados promissores da suplementação conjunta de proteína do soro do leite enriquecido em leucina com a Vitamina D no aumento da massa muscular e na melhoria dos parâmetros funcionais nos idosos sarcopênicos. Esses resultados justificam mais investigações sobre o papel de um suplemento nutricional para prevenir desfechos adversos entre idosos em risco de incapacidade.

Palavras-chave: Idosos. Leucina. Sarcopenia. Suplementação. Vitamina D.

* Acadêmicos do curso de Nutrição da Universidade de Marília – UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília – UNIMAR.

E-mail da orientadora: karinarquesada@gmail.com

HUMANIZAÇÃO EM UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO (UAN) HOSPITALAR E OS BENEFÍCIOS AOS PACIENTES COM COVID-19

SALLES, Marina Lancaster de Moraes^{*}; CARVALHO, Liz^{*}, MILLER, Tânia Corrêa^{**}.

No final do ano de 2019, surgiu uma nova doença provocada pelo corona vírus na cidade de Wuhan, região central da China, causada pelo vírus SARS-CoV-2, que recebeu o nome de COVID-19 pela Organização mundial de Saúde (OMS). A COVID-19 é potencialmente fatal, por se tratar de uma doença nova com comportamento imprevisível e rápida disseminação. O tratamento da doença é sintomático, sendo que a atenção hospitalar tem um papel fundamental na realização de cuidados intensivos aos pacientes que apresentam sintomas graves. No Brasil, os Hospitais Universitários Federais (HUFs) destacam-se no atendimento a pacientes com COVID-19 como centros de referência de média e alta complexidade para o Sistema Único de Saúde (SUS). Em hospitais, as ações de enfrentamento à COVID-19 podem variar conforme a gravidade dos pacientes, além do perfil assistencial do hospital e a epidemiologia local da doença. O atual estudo tem como objetivo apresentar um resultado de revisão integrativa que mostre as ações relacionadas com a recuperação, melhora no aspecto emocional e comportamental dos pacientes internados, como a implantação de “mensagens motivacionais nas marmitas dos pacientes internados com suspeita de COVID-19”, bem como a pro atividade dos hospitais em ações de assistência humanitária. Foi realizada pesquisa bibliográfica básica e exploratória em duas bases de dados: The Scientific Eletronic Library Online(Scielo) e Pubmed entre os anos de 2020 e 2021. Para os critérios de seleção, foram utilizadas as seguintes palavras-chave: “Humanização” / “Humanization” And “COVID-19” And “Assistência hospitalar / “Hospital assistance”. Desses artigos foi realizada a leitura do resumo em busca de resposta para a pergunta da pesquisa: “Humanização em uma unidade de alimentação (UAN) hospitalar e os benefícios aos pacientes com Covid-19”. Aqueles que possuíam resposta para tal pergunta, foram utilizados nessa pesquisa. Na base de dados Scielo foram encontrados dois artigos e no Pubmed um artigo. As publicações foram pré selecionadas pelos títulos, acompanhada da leitura dos resumos. Após análise dos artigos utilizados, pode-se observar em um artigo a descrição da criação de marmitas, com decorações, com o objetivo de alegrar os pacientes, e os outros dois artigos descreveram que um cuidado humanizado por parte da equipe médica e a gastronomia hospitalar também humanizada, tornaram a internação menos traumática, especialmente aos portadores de COVID-19. Conclui-se que, a identificação das ações assistenciais demonstrou a proatividade e rápida resposta dos hospitais no enfrentamento da pandemia de COVID-19, além de evidenciar que ações humanitárias possivelmente podem melhorar a saúde clínica e emocional do paciente internado, sendo ainda necessários mais estudos sobre o tema.

^{*} Acadêmica do curso de Nutrição da Universidade de Marília –UNIMAR.

^{**} Docente da Universidade de Marília –UNIMAR.

E-mail: tmiller@unimar.br

USO DA PROTEÍNA NO PÓS-TREINO DE PRATICANTES DE EXERCÍCIO FÍSICO TEM ALGUM BENEFÍCIO PARA SÍNTESE PROTEICA?

MACHADO, Leonardo Sampaio^{*}; dos SANTOS, Marcus Vinicius Zambelo^{*}; MARCONATO, Mara Silvia Foratto^{**}; DETREGIACHI, Cláudia Rucco Penteado^{***}.

No treinamento físico, além de uma melhora na saúde os praticantes buscam aumento gradativo de massa magra. Nesta busca é comum o uso de suplementos à base de aminoácidos. Assim, este estudo tem como objetivo realizar um levantamento bibliográfico para evidenciar o efeito do uso de proteína na refeição pós-treino de praticantes de exercício físico. Foi realizada uma pesquisa bibliográfica básica e exploratória em uma base de dados, a *The Scientific Eletronic Library Online* (SciELO). Para os critérios de seleção foram utilizadas as seguintes palavras-chave: “Consumo alimentar”, “hipertrofia”, “síntese proteica”, “glutamina”, “alanina” e “composição corporal”, bem como suas versões em inglês. Dos artigos foi realizada a leitura do resumo em busca de resposta para a pergunta da pesquisa: “O uso da proteína no pós-treino traz benefício para a síntese proteica?”. Aqueles que possuíam resposta para tal pergunta, foram utilizados nessa pesquisa. Do levantamento foram encontrados cinco artigos. As publicações foram pré-selecionadas e dois foram utilizados neste estudo, publicados entre os anos de 2015 e 2020. O restante dos estudos foram descartados por não responderem à pergunta da pesquisa. Após análise dos artigos utilizados, pode-se observar que o consumo de proteína na refeição pós-treino proporciona ganho de massa muscular magra e melhora da composição corporal. O primeiro estudo foi composto por 23 praticantes de musculação, do sexo masculino, com idade entre 19 e 33 anos. Participaram do estudo os praticantes de musculação que realizavam treino para ganho de massa muscular com frequência mínima de três vezes por semana e que tinham experiência em treinamento resistido de no mínimo 12 semanas. Foram encontrados valores de massa magra maiores que os do início. No segundo estudo foram investigados os efeitos da suplementação com glutamina e alanina na composição corporal de ratos submetidos a exercício resistido. Os animais apresentaram aumento da massa magra e melhorias na composição corporal evidenciado pela redução do peso corporal e da gordura corporal, bem como aumento do conteúdo de proteínas intramusculares. Em conclusão, pôde-se responder que o uso de proteína no pós-treino traz benefício para a síntese proteica.

Palavras chave: Consumo alimentar. Glutamina. Hipertrofia. Síntese proteica.

^{*} Acadêmico (a) do curso de Graduação em Nutrição/UNIMAR

^{**} Docente da Universidade de Marília – UNIMAR.

^{***} Docente do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Marília – Unimar. Docente do Programa de Mestrado Interdisciplinar em Interações Estruturais e Funcional na Reabilitação - UNIMAR.

E-mail: claurucco@gmail.com

RESTO INGESTÃO E CONSCIENTIZAÇÃO DOS COMENSAIS QUANTO AO DESPERDÍCIO ALIMENTAR EM UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

LEME, Emilyn Caroline^{*}; FRABETTI, Maria Luiza^{*}; MILLER, Tânia Corrêa^{**}.

O índice de resto ingestão é utilizado para contabilizar o desperdício alimentar. Esta quantidade está ligada à aspectos como: aceitação do cardápio e porcionamento inadequado. O objetivo deste trabalho foi diminuir o índice de resto ingestão de uma Unidade de Alimentação de Nutrição (UAN). Esse trabalho foi realizado em uma UAN que se situa em uma indústria no interior de São Paulo. Foram coletados dados para cálculo do índice de resto ingestão na distribuição do almoço. Foi coletado e pesado o resto ingestão durante uma semana, no período de 15 a 19 de março de 2021, representando a quantidade desperdiçada no almoço no período de uma semana, que totalizou uma média de 20Kg. Será demonstrado a quantidade de alimentos jogados fora através da exposição equivalente aos alimentos não perecíveis, para a conscientização dos comensais sobre o desperdício de alimentos. Será elaborado um banner com informações básicas, tais como: lista dos países que mais jogam comida fora e o Brasil está incluído nesta lista, o total do desperdício de alimentos pelos comensais mensurado no período deste trabalho e o impacto que causa no meio ambiente, assim como tudo o que é utilizado na produção dos alimentos, como os agrotóxicos, água, automóveis, máquinas, combustíveis, solo, fertilizantes são utilizados em vão, e ainda contribuem para a mudança climática do planeta.

Palavras-Chave: Alimentação Coletiva. Conscientização. Desperdício de alimentos. Meio ambiente.

^{*} Acadêmico do curso de Nutrição da Universidade de Marília – UNIMAR.

^{**} Docente da Universidade de Marília – UNIMAR.

E-mail: tmiller@unimar.br

OS BENEFÍCIOS DA PRÓPOLIS NA COVID-19

SILVA, Franciele Rebeca de Oliveira*; PEIXOTO, Maria Julia Daniel*; DETREGIACHI, Cláudia Rucco Penteado**; MARCONATO, Mara Silvia Foratto***.

A própolis é um material viscoso produzido por abelhas a partir de resinas vegetais bioativas, é um alimento funcional, amplamente consumido como auxiliar de saúde, estimulador do sistema imunológico, e com propriedades medicinais. Tem efeitos inibitórios nas vias de sinalização, promove imunorregulação de citocinas pró-inflamatórias, tem atividade antimicrobiana, antineoplásica, antioxidante, hepatoprotetora, cariostática, e atividade antiviral, comprovada in vitro e in vivo. A pandemia do COVID-19 renovou o interesse nos produtos da própolis em todo o mundo. Felizmente, vários aspectos do mecanismo de infecção do SARS-CoV-2 são alvos potenciais para os compostos de própolis. A própolis se apresenta como uma opção terapêutica promissora, relevante, segura, e representa uma opção de tratamento de baixo custo que pode atuar como potenciais inibidores da SARS-CoV-2 no nicho orofaríngeo. Alguns alimentos, produtos apícolas e plantas medicinais demonstraram ação antiviral, anti-SARS-COV-2, baseados na medicina tradicional e em estudos científicos podem ser consumidos e utilizados pela população em terapias profiláticas e paliativas na busca de evitar possíveis sintomas severos ou morte. Associado a estas terapias antivirais alternativas faz-se necessário também o consumo de alimentos, produtos apícolas e plantas medicinais, os papéis dos micronutrientes e das substâncias bioativas no COVID-19 são áreas estimulantes de pesquisa e mais estudos são necessários para comprovar seus benefícios no combate à infecção. O objetivo do estudo foi realizar um levantamento bibliográfico para evidenciar quais os benefícios e ação da própolis na pandemia. Foi realizada pesquisa bibliográfica básica e exploratória em duas bases de dados: *Scientific Eletronic Library Online* (SciELO) e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Para os critérios de seleção, foram utilizadas as seguintes palavras-chave: “COVID-19” “Própolis” e “Propolis” “Ação da própolis na COVID-19”. Desses artigos foi realizada a leitura do resumo em busca de resposta para a pergunta da pesquisa: “Quais benefícios da própolis na COVID-19?”. Aqueles que possuíam resposta para tal pergunta, foram utilizados nessa pesquisa. No SciELO foi encontrado apenas um artigo e na BVS três artigos. As publicações foram pré-selecionadas pelos títulos, acompanhada da leitura dos resumos. Adiante, foi selecionado um estudo na base de dados da SciELO e três estudos na base de dados da BVS, todos publicados entre os anos de 2020 e 2021. A própolis pode futuramente contribuir com o desenvolvimento de novas tecnologias de tratamento em saúde ou de novos agentes antivirais eficazes e seguros, ela não interage com as principais enzimas hepáticas ou com outras enzimas essenciais; de acordo com os critérios adotados pela Organização Mundial da Saúde, portanto, pode ser usada concomitantemente aos principais medicamentos, sem risco de potencialização ou inativação. Para determinar se a própolis afeta especificamente a SARS-CoV-2, serão necessárias mais pesquisas. Mas como a própolis é um produto isento de riscos, exceto para aqueles que podem desenvolver alergia, portanto, quando usado na prevenção ou tratamento de COVID - 19, as reações de hipersensibilidade devem ser levadas em consideração. As conhecidas atividades biológicas desse produto natural nos levam a sugerir seu uso para reduzir o risco e o impacto da infecção e como coadjuvante do tratamento.

Palavras chave: COVID-19. Própolis. Antiviral.

* Acadêmico (a) do curso de Graduação em Nutrição/UNIMAR

** Docente do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Marília – Unimar. Docente do Programa de Mestrado Interdisciplinar em Interações Estruturais e Funcional na Reabilitação - UNIMAR

*** Docente da Universidade de Marília – UNIMAR.

E-mail: claurucco@gmail.com

PAPEL DO MINERAL ZINCO DURANTE INFECÇÃO POR SARS-COV-2

CALEMAN NETO, Agostinho*; LOSNAQUE, Maria Carolina*; AZNAR, Eduardo*; QUESADA, Karina**.

A doença causada pelo novo coronavírus (COVID-19) é um problema de saúde pública global e representa uma ameaça significativa à saúde em todo o mundo, apresentando sintomas como febre, tosse seca, pneumonia, mal-estar e Síndrome da Dificuldade Respiratória Aguda (Sarscov-2) entre outros. Atualmente, não há tratamentos específicos para Sarscov-2, mas estratégias de prevenção, como distanciamento social, higiene pessoal e uso de máscaras faciais são as melhores abordagens atuais para reduzir a doença. Recentemente, evidências científicas vêm cada vez mais mostrando a importância do mineral zinco na tentativa de amenizar a doença. Diante dessa situação, o estudo teve como objetivo mostrar como o mineral zinco pode contribuir para o controle da doença, citando algumas de suas propriedades imunomoduladoras, antivirais, antioxidantes e anti-inflamatórias, por meio de uma revisão de literatura sobre o tema. Para o levantamento das informações, foi necessário: realizar a busca dos descritores ou palavras-chaves nas bases de dados LILACS (Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), SciELO (Scientific Electronic Library online) PubMed (National Center for Biotechnology Information - NCBI, U.S. National Library of Medicine) e plataforma Google Acadêmico; determinar os critérios de inclusão ou exclusão da pesquisa; categorizar os estudos, identificando e separando as informações relevantes; avaliar os estudos; discutir e interpretar os resultados examinados. Foi determinado como critério de inclusão, trabalhos que classificassem o zinco como um mineral importante para ajudar no combate ao SarsCov-2, em todos os seus aspectos e artigos que explicassem a fisiopatologia da doença, e como critério de exclusão, trabalhos que não demonstrassem a importância do zinco para a pandemia atual. Foram utilizados um total de 34 artigos científicos para a presente revisão. O zinco demonstrou sua ação em inibir a enzima RNA polimerase viral, bloqueando a replicação do coronavírus, tal como diminuir os sintomas da doença como infecção do trato respiratório inferior; impediu a entrada do vírus em células pulmonares, já que demonstrou diminuir a atividade do receptor ACE-2 necessário para a ligação viral na célula; aumentou a atividade de alguns medicamentos atualmente em testes para a doença; apresentou atividade anti-inflamatória por inibir a sinalização de NF-kB, um fator de transcrição relacionado a inflamação; foi capaz de normalizar a superprodução de citocinas pró-inflamatórias na doença. Diante desses dados, parece que o estado nutricional adequado de zinco pode apresentar efeito protetor como terapia adjuvante ao COVID-19 através da redução da inflamação pulmonar, inibição da replicação viral, efeito antioxidante, interferência da entrada do coronavírus na célula pulmonar e na imunidade antiviral, especialmente em idosos que são geralmente deficientes de zinco. Mais estudos clínicos e experimentais são necessários para elucidar o papel potencial da deficiência de zinco na suscetibilidade ao COVID-19, bem como os efeitos da suplementação de zinco e os mecanismos subjacentes.

Palavras chave: COVID-19. Zinco. Nutrientes.

* Acadêmicos do curso de Nutrição da Universidade de Marília/UNIMAR

** Docente do curso de Nutrição da Universidade de Marília/UNIMAR.

E-mail da orientadora: karinarquesada@gmail.com

ANÁLISE DAS TEMPERATURAS DE PREPARAÇÕES SERVIDAS EM UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO (UAN)

DANIEL, Mariana Moreira^{*}; MILLER, Tânia Corrêa^{**}

Atualmente oferecer alimentos dentro dos padrões de segurança alimentar tem sido um grande desafio para as Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN), visto que, desde a produção até a distribuição, são várias as possibilidades de contaminação que podem ocasionar riscos à saúde do consumidor. Uma das etapas da produção para assegurar que o alimento seja servido de forma segura é o controle de temperatura. Temperaturas em níveis adequados contribuem para garantir a qualidade e a segurança das refeições servidas, tanto no armazenamento quanto na distribuição. A temperatura ideal (considerada zona de perigo) para a multiplicação de microrganismos é de 10°C a 60°C. De acordo com a RDC 216/2004, os alimentos quentes podem ficar na distribuição ou espera a 65°C ou mais, por no máximo 12 horas, ou a 60°C por no máximo 6 horas, ou abaixo de 60°C por 3 horas. No balcão de distribuição, o alimento deve estar acima de 60°C e não deve ficar por muito tempo. Portanto, o objetivo do estudo foi analisar se a temperatura das preparações servidas em uma UAN apresentou-se dentro da norma estabelecida. A análise foi realizada durante quatro dias, apenas nas refeições do almoço, com preparações quentes. As aferições da temperatura foram feitas com as preparações em cubas de inox no balcão térmico, no momento da distribuição, antes de serem porcionadas nas marmitex (T1), e aferidas novamente após o porcionamento nas marmitex (T2). Para verificar as temperaturas das preparações foi utilizado um termômetro digital infravermelho calibrado. Foram anotadas as temperaturas na planilha de controle de temperaturas das preparações dessa UAN. As preparações avaliadas foram: pratos base, prato principal e guarnição, pois somente essas preparações estavam sendo colocadas no marmitex, por causa da sindemia do coronavírus. Os resultados foram expressos em média e desvio padrão das temperaturas das preparações nos T1 e T2 dos quatro dias avaliados, calculados pelo programa Excel. A média e o desvio padrão do arroz no T1 foram 77,68°C $\pm$ 3,54°C e 76,98°C $\pm$ 3,85°C no T2. Já o feijão apresentou a média e o desvio padrão de 77,90 °C $\pm$ 4,95°C no T1 e 77,50°C $\pm$ 5,14°C no T2. Em relação ao prato principal, no T1 apresentou a média e desvio padrão de 72,03°C $\pm$ 8,25°C e 71,45°C $\pm$ 8,22°C no T2. Por fim, a média e desvio padrão da guarnição no T1 foram de 62,85°C $\pm$ 2,55°C e no T2 foram 62,63°C $\pm$ 2,08°C. Conclui-se que, as temperaturas das preparações se encontraram de acordo com as normas recomendadas (acima de 60°), portanto, em condições que não favorecem a multiplicação microbiana.

Palavras-chave: Alimentação coletiva. Boas Práticas de Manipulação. Temperatura.

^{*} Acadêmica do curso de Graduação em Nutrição/UNIMAR

^{**} Docente do curso de Graduação em Nutrição/UNIMAR.

E-mail: tmiller@unimar.br

A COVID-19 E OS DESAFIOS EM UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO (UAN): AÇÕES PARA CONSCIENTIZAÇÃO DOS FUNCIONÁRIOS

BRITO, Mariana de Carvalho^{*}; RAPADO, Ana Laura Aguiar^{*}; MILLER, Tania Correa^{**}.

Em 31 de dezembro de 2019, foi identificado na cidade de Wuhan, na China, um novo caso de coronavírus, o chamado SARS-CoV-2, responsável por causar quadros leves ou graves respiratórios e que se disseminou rapidamente pelo mundo todo. Cientistas acreditam que o vírus vem do morcego, já que na China, é comum no mercado de Wuhan encontrar-se animais exóticos para venda. Dessa forma, o vírus teria sofrido uma mutação genética, tornando-se capaz de infectar organismos humanos. A pandemia causou preocupação e desafios ao mundo todo e em diversas áreas, inclusive para gestores de Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN) e também para os colaboradores e clientes que dependem desse serviço. Mesmo não existindo estudos científicos que comprovem a transmissão do vírus por intermédio dos alimentos, o contágio pode ocorrer de uma pessoa infectada (um colaborador da UAN) para outra pessoa saudável (outro colaborador). Sua transmissão, mais detalhadamente, ocorre pelo contato do vírus com as mucosas orais, nasais e oculares. Esse contágio ocorre desde a inalação de gotículas de saliva, através de espirro, tosse, toque e entre outros, ou seja, é de suma importância o uso de máscaras na hora da manipulação dos alimentos. O vírus também pode atingir e sobreviver sobre as superfícies como mesas, bandejas e talheres. Desse modo, torna-se conhecida a importância da prevenção contra o novo coronavírus, e assim, a necessidade dos meios de proteção na UAN. O objetivo do trabalho é conscientizar os funcionários de uma empresa do centro-oeste paulista sobre a transmissão do novo coronavírus, a fim de diminuir a disseminação do mesmo, mantendo a saúde dos colaboradores e de seus respectivos familiares. O meio de comunicação e ilustração utilizado foi um vídeo, no formato de slides, contendo animações coloridas e efeitos sonoros (como músicas), sendo exibido no horário de almoço dos funcionários no aparelho televisivo do restaurante da empresa, com o intuito de chamar a atenção e desempenhar ações educativas e informativas, incentivando-os a seguir as medidas preventivas, como por exemplo, o uso correto das máscaras faciais, o distanciamento social e o uso de luvas descartáveis na hora de servir-se para evitar a contaminação dos utensílios utilizados e uso do álcool em gel.

Palavras – chave: Pandemia. Transmissão. Colaboradores. Preventivas. Proteção

^{*} Acadêmico do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Marília – Unimar.

^{**} Docente do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Marília – Unimar.

E-mail da orientadora – tmiller@unimar.br

PROPOSTA DE MODIFICAÇÃO DO LAYOUT DE UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO (UAN)

BRITO, Mariana de Carvalho^{*}; RAPADO, Ana Laura Aguiar^{*}; MILLER, Tânia Corrêa^{**}.

Em uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN), localizada em uma cidade do centro oeste paulista, foi proposta uma modificação no layout da UAN, onde a sala de administração na qual a gerente da UAN trabalha, não se encontra em local estratégico, pois a mesma só tem visão para a área de recebimento, impossibilitando a observação das áreas de pré-preparo, preparo, cocção e higienização dos utensílios e do restaurante da empresa. A observação e supervisão do funcionamento da UAN é de extrema importância para servir uma refeição de qualidade. Segundo a Portaria CVS 06 de 10/03/1999, a sala de administração deve situar-se em local estratégico que tenha a completa visualização das áreas, a fim de obter-se um bom gerenciamento. Diante disso, o objetivo deste estudo foi propor uma modificação no layout de uma UAN para que a gerente possa ter uma melhor visualização das etapas da produção de refeições. Ao entrar na UAN, encontra-se a área de recebimento, e ao lado esquerdo é a sala da gerente, a qual não se encontra em local estratégico. Foi sugerido que no local do estoque de descartáveis, equipamentos de proteção individuais (EPI'S), uniformes e produtos químicos, fosse instalada a sala da gerente da UAN com painéis de vidro, para que a gerente pudesse ter maior visão das demais áreas da UAN. Outra sugestão foi adaptar uma área para o preparo de carnes ao lado do estoque refrigerado, onde no atual layout se encontra o estoque seco. O estoque seco seria transferido para a atual sala da gerente da UAN. Por fim, sugeriu-se que o estoque de descartáveis, EPI'S, uniformes e produtos químicos fosse transferido para a área do recebimento que é uma área fechada e tem espaço suficiente para a colocação de prateleiras para acomodação dos produtos. Conclui-se que, com algumas pequenas mudanças de estoque e adaptações de áreas será possível ter um layout mais funcional e gerencial nesta UAN.

Palavras-chave: Alimentação Coletiva. Gestão administrativa. Planta física.

^{*} Acadêmico do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Marília – Unimar

^{**} Docente do curso de graduação de Nutrição da Universidade de Marília – Unimar.

E-mail da orientadora – tmiller@unimar.br

SUPORTE NUTRICIONAL DURANTE A POSIÇÃO PRONA E OS BENEFÍCIOS AO PACIENTE CRÍTICO COM COVID-19

MARTINS, Joice Domiciano* ; SALLES, Marina L. D. M.* , QUESADA, Karina**.

A COVID-19 pode desencadear complicações, dentre elas, a síndrome do desconforto respiratório agudo (SDRA) (31% a 67%). No tratamento de pacientes com SDRA, uma estratégia que se destaca é a posição prona. A posição prona (PP) é definida como uma manobra de rotação do paciente da posição supina para decúbito ventral, que possibilita expansão das regiões dorsais do pulmão, com consequente melhora da oxigenação. Em virtude da alta inflamação, decorrente da COVID-19, a nutrição torna-se muito importante durante a prona, pois auxilia na função respiratória, na preservação da massa muscular e na recuperação em si do paciente, evitando desnutrição calórica proteica. O atual documento científico tem como objetivo um resultado de revisão bibliográfica que aborde a importância da nutrição durante a posição da prona, com respectivos protocolos de segurança e os benefícios do cuidado nutricional ao paciente crítico. A metodologia constou de uma revisão por meio de pesquisa bibliográfica de artigos publicados, no último ano, utilizando banco de dados Pubmed e Scielo, por meio das palavras chaves, como “prona/ prone”, “cuidado nutricional/ nutritional care”, “covid-19” e “gastrointestinal/gastrointestinal”. Como resultado, por meio de pesquisa de palavras chaves, encontrou-se doze artigos científicos, onde apenas sete estudos responderam a essa problemática, visto que os demais desviaram do tema abordado. Assim, a nutrição oral, com oferta de alimentos com teor alto calórico e proteico, em pequeno volume, várias vezes ao dia, é possível em pacientes sem ventilação mecânica invasiva, que estão na posição prona (PP) de forma conscientes, devido a melhora na dispnéia. Para pacientes que não atingem sua necessidade calórica via oral, a nutrição enteral é recomendada se o aparelho gastrointestinal está funcional e se está estável hemodinamicamente, porém existem protocolos de segurança que devem ser seguidos, a fim de evitar risco de êmese e broncoaspiração. Estudos apontam protocolos como jejum de duas horas anteriores à posição prona; medir volume de resíduo gástrico; passagem da sonda enteral previamente à prona; desconectar a via antes de movimentar o paciente, utilizar volume baixo de dieta enteral entre 60 a 85 mL/h, sonda pós pilórica, uso dietas enteral oligomérica ou hidrolisada, a fim de evitar intercorrências gastrointestinais. Conclui-se que pacientes críticos que receberam a nutrição enteral precocemente apresentaram melhora e menor índice de mortalidade nos hospitais, visto que a mesma aplicada previamente e durante a posição prona, contribui na recuperação do paciente crítico, auxiliando na função respiratória; preservação massa muscular, diminuindo, por fim, a mortalidade, sendo necessários mais estudos para aprofundamento do tema.

Palavras Chave: Prona, cuidado nutricional, covid-19, gastrointestinal.

* Acadêmica do curso de Graduação em Nutrição/UNIMAR

** Docente do curso de Graduação em Nutrição/UNIMAR.

E-mail: karinarquesada@gmail.com

TREINAMENTO DE FUNCIONÁRIOS EM UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO (UAN) PARA PREVENÇÃO DA COVID- 19

SILVA, Mayara Cristine Rosa da* ; MILLER, Tânia Corrêa** .

O mundo está passando por momentos difíceis por conta da pandemia que estamos vivendo. A realidade não é mais a mesma, principalmente em uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN). Antes da pandemia, já existiam regras de higienização, no momento essas regras estão mais rígidas. Além de buscar medidas para diminuir a aglomeração, é dever do nutricionista certificar-se sobre as condições de saúde dos funcionários, devendo seguir as normas já existentes em relação ao controle da saúde dos funcionários. Os funcionários que estiverem cumprindo sua jornada de trabalho normalmente, devem observar algumas medidas de prevenção tanto para a covid-19, como para a contaminação por outros micro-organismos na manipulação dos alimentos, procedimentos ao qual os funcionários devem estar familiarizados. Por conta da situação atual, a UAN deve estar ventilada, com boa circulação e renovação de ar. Se possível, deve-se manter a distância de dois metros entre as pessoas. Se for um estabelecimento grande, deve-se reduzir o número de mesas do restaurante, por essas e outras medidas de prevenção contra o covid-19, é relevante o treinamento dos funcionários em relação aos cuidados e procedimentos necessários. Este trabalho tem como finalidade treinar funcionários para estarem aptos à trabalharem com segurança neste momento de pandemia. Foi realizado um treinamento sobre a importância da higienização pessoal e do ambiente. No treinamento foi enfatizada a correta higienização das mãos procedimento muito importante para a prevenção da contaminação de micro-organismos, como no caso da covid-19, devendo ser realizada “com água e sabonete líquido (se possível, sabonete antisséptico), secagem das mãos com papel toalha e uso de álcool em gel a 70%. No treinamento também foi abordado sobre a higienização de utensílios e equipamentos e o uso da máscara. Como resultado temos que, o treinamento dos colaboradores resultou em uma adoção dos procedimentos para a segurança alimentar mais efetiva. Além de todos os protocolos de segurança, foram realizados testes a cada 15 dias para detecção de casos de covid-19, assim como a aferição diária da temperatura corporal dos funcionários. Dessa forma, o protocolo adotado foi simples, prático e de fácil entendimento, proporcionando a todas as pessoas envolvidas direta ou indiretamente no serviço da UAN um melhor nível de segurança. Conclui-se que, apesar de estarmos vivendo uma situação atípica, com o treinamento adequado e higienização correta, o risco de contaminação por micro-organismos na UAN torna-se menor.

Palavras – Chave: Alimentação Coletiva. Higiene das Mão. Infecções por Coronavírus.

* Acadêmica do curso de Nutrição da Universidade de Marília – UNIMAR

** Docente da Universidade de Marília – UNIMAR.

E-mail da orientadora – tmiller@unimar.br

AVALIAÇÃO DO USO DE EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL (EPI'S) EM UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

TARDIM, Milena Cristina Bonadio^{*}; MILLER, Tânia Corrêa^{**}.

As Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN's) são locais que fazem parte da alimentação coletiva, onde o objetivo é a administração da produção das refeições, garantindo que sejam nutricionalmente equilibradas e que sigam um padrão higiênico sanitário. Para que essas UAN's funcionem, vários fatores estão envolvidos no processo, desde os tipos de alimentos utilizados, número de operadores, até a infraestrutura da UAN, como também são necessários equipamentos que favoreçam as operações e facilitam o trabalho, agilizando os processos. Cada vez mais as instituições exigem dos seus colaboradores, por isso os manipuladores de alimentos devem possuir a capacidade técnica para realizar as atividades correspondentes e devem seguir as boas práticas de serviços de alimentação e de manipulação higiênica dos alimentos. Com o objetivo de garantir a segurança e a saúde do trabalhador, a legislação trabalhista brasileira prevê a obrigatoriedade do uso de equipamentos de proteção individual (EPIs), que são dispositivos ou produtos de uso individual, destinados à proteção de riscos suscetíveis de ameaçar a segurança e saúde no trabalho. Sua função é neutralizar ou atenuar agentes agressivos contra o corpo do trabalhador que o usa, evitando lesões ou minimizando sua gravidade. Apesar disso, ainda ocorrem milhares de acidentes ocupacionais ao ano no Brasil, muitos deles devido ao não cumprimento das obrigações. As UAN's são locais sujeitos a uma série de riscos e acidentes de trabalho, principalmente pelo tipo de atividades que são desenvolvidas neste serviço, seja pela falta de utilização e/ou uso incorreto de Equipamentos de Proteção Individual (EPI's) por parte dos colaboradores, além do não fornecimento dos mesmos por parte dos empregadores. O uso dos EPI's são fundamentais para minimizar a exposição dos trabalhadores aos riscos de acidentes durante o trabalho, sendo que muitas das atividades desenvolvidas em UAN's são consideradas de alta intensidade em termos de esforço físico repetido, podendo ocasionar prejuízos à condição física e/ou postural dos colaboradores. Frente aos dados expostos, esse projeto de pesquisa tem como objetivo avaliar o uso de EPIs em uma UAN e instruir os colaboradores sobre o uso correto dos mesmos, a fim de ensinar a importância do uso para que futuros acidentes sejam evitados. Para a conscientização do uso de EPIs por parte dos colaboradores, será aplicado um treinamento teórico que constará com informações da importância do uso e quais os riscos que o não uso pode acarretar, quais os EPIs são fornecidos e como usá-los. Será realizada também uma dinâmica com todos os funcionários, onde os EPIs serão apresentados e irão ficar expostos em uma bancada, será sorteado um equipamento de segurança para uma pessoa, onde a mesma terá que mostrar como ela usa e para que função aquele equipamento é destinado.

Palavras chaves: Alimentação coletiva. Equipamentos. Segurança no trabalho

^{*} Acadêmica do curso de Nutrição da Universidade de Marília- UNIMAR

^{**} Docente da universidade de Marília- UNIMAR.

E-mail da orientadora: tmiller@unimar.br

NO TRATAMENTO DE PACIENTES COM DISTÚRBIOS PSIQUIÁTRICOS

GARCIA, Nataly*; MILLER, Tania Correa**.

O uso de fitoterápicos, parte da cultura popular há séculos e vem ganhando relevância na comunidade científica por apresentar benefícios à saúde com menores incidências de efeitos colaterais, além de normalmente serem mais acessíveis às comunidades carentes. Dentre as diversas patologias que podem se beneficiar do uso de fitoterápico, os distúrbios psiquiátricos ganham relevância por apresentar grande prevalência na população mundial. Os tratamentos medicinais convencionais, baseados em fármacos sintetizados em laboratório, majoritariamente apresentam uma diversidade de reações indesejáveis, o que muitas vezes limita ou inibe a adoção e manutenção dos devidos tratamentos. Neste contexto, torna-se relevante buscar fundamentação científica para o uso de fitoterápicos em nutrição clínica associados ao tratamento de pacientes com distúrbios psiquiátricos, sendo este o objetivo deste trabalho. Foi realizada uma revisão integrativa a partir da elaboração de uma pergunta norteadora, pesquisa de artigos no banco de dados Pubmed – usando os termos “psychiatric AND phytotherapy”, e foram revisadas 10 de 127 publicações encontradas a partir de 2016, selecionadas por apresentar maior conformidade com o tema - com análise de seus objetivos, metodologias e conclusões para esclarecer: “O uso de fitoterápicos confere benefícios para pacientes com distúrbios psiquiátricos?”. Todos os estudos consultados indicaram efeitos benéficos dos fitoterápicos avaliados. Muitos desses estudos avaliaram os efeitos terapêuticos de ervas separadamente, associando seu uso à patologias específicas: camomila associada a ansiedade e depressão; Rhodiola rosea para estresse; Withania somnifera com ansiedade, esquizofrenia e distúrbios de humor; Erva de São João e açafraão para distúrbios depressivos; Ginkgo biloba em esquizofrenia e ansiedade; Lavanda, Kava, Passiflora, Galphimia entre outros para distúrbios de ansiedade. Apesar da quantidade de estudos, os mecanismos de atuação dos fitoterápicos ainda não são totalmente esclarecidos. Foram observadas ocorrências de interações medicamentosas quando administrados juntamente com outros fármacos, de pouca relevância em sua maioria, devido à baixa dosagem de ativos dos fitoterápicos. Uma recomendação recorrente é a indicação dos fitoterápicos como coadjuvantes de tratamentos convencionais, como forma de reduzir dosagens e efeitos colaterais. No entanto, é necessário fazê-lo com cautela, especialmente numa fase de avaliação de dosagem, por não ser possível discernir qual a contribuição de cada um no resultado observado. O uso de fitoterápicos em pacientes com distúrbios psiquiátricos se mostrou promissor, com efeitos positivos na atenuação dos sintomas e pouca incidência de reações adversas. Em casos mais severos, o fitoterápico se mostra como potencial coadjuvante, não substituindo totalmente o medicamento convencional, mas permitindo diminuição de sua dosagem, e consequentemente seus efeitos colaterais. A ocorrência de interações medicamentosas também não se mostrou uma barreira, por ser branda (pelas baixas concentrações de ativos) ou irrelevante na maioria dos casos.

Palavras-chave – Distúrbios psiquiátricos. Fitoterapia. Psiquiatria.

* Acadêmico (a) do curso de Graduação em Nutrição/UNIMAR

** Docente do curso de Graduação em Nutrição/UNIMAR.

E-mail: tmiller@unimar.br

VITAMINA A E FERTILIDADE MASCULINA

GARCIA, Nataly^{*}; SCANAVACCA, Angiseli Damaceno^{*}; SILVA, Lucas Roberto Novais Sá Teles^{*}; DETREGIACHI, Cláudia Rucco Penteado^{**}; MARCONATO, Mara Silvia Foratto^{***}.

A relação da vitamina A com a fertilidade foi observada em estudos já em meados do século XX, mas o tipo de relação e os mecanismos envolvidos não são totalmente esclarecidos até hoje. Principalmente nos últimos 10 anos, essa relação foi alvo de grande volume de estudos, ampliando a disponibilidade de informações que permitem correlacionar a fertilidade masculina com a ingestão ou biodisponibilidade da vitamina A. Com o intuito de avaliar e fomentar a relevância da nutrição na fertilidade masculina, principalmente relacionada à Vitamina A, foi realizada uma revisão integrativa a partir da elaboração de uma pergunta norteadora – “A vitamina A influencia na fertilidade masculina?”. Foram utilizados os bancos de dados Pubmed e Scielo, usando os termos “male infertility” AND “vitamin A”. Desta busca foram revisados 14 de 25 publicações a partir de 2015 e mais duas publicações de anos anteriores consideradas ainda relevantes na base Pubmed, acrescidas de duas de três publicações a partir de 2015 da base Scielo. Esta seleção foi feita a partir da análise dos objetivos, metodologias e conclusões de cada estudo em busca de responder a pergunta norteadora. As publicações revisadas evidenciam a relevância da vitamina A, principalmente seu metabólito Ácido Retinóico (RA), usando uma grande diversidade de abordagens. Foi evidenciada a atuação benéfica da Vitamina A em tratamentos, através de efeitos antioxidantes, avaliando qualidade do esperma após administração de suplementação, e a redução do comprometimento de estruturas testiculares e espermatogênese de ratos com criptorquidismo induzido. Outros evidenciaram o comprometimento de funções ou estruturas biológicas decorrentes da hipovitaminose A, seja por alimentação inadequada, ou comprometimento da absorção decorrente de disbiose intestinal, em geral com impacto significativo na espermatogênese. Em estudos mais específicos, a níveis subcelulares, foi observado o importante papel do RA na regulação de processos durante a espermatogênese, como na síntese de proteínas correlatas (receptor tirosina quinase), migração, e diferenciação da espermatogônia, nas fases: formação da espermatogônia A1, transição de A1 para B e entrada na meiose. Foi observado também que falhas nos receptores e sinalizações por RA também acarretam comprometimento da fertilidade, mesmo quando há biodisponibilidade de vitamina A. Várias publicações apontam a significativa contribuição do RA em culturas in-vitro, estimulando a diferenciação e produção de células haplóides. Fica evidente pelo conteúdo dos estudos avaliados que a vitamina A é indispensável na fertilidade masculina, tendo papel essencial em mais de uma etapa e processo da espermatogênese, e influenciando inclusive no desenvolvimento de estruturas testiculares. Ainda é necessário compreender melhor algumas relações, como na deficiência de receptores de RA observada em casos de varicocele, ou em etapas de processos subcelulares da espermatogênese, mas é notável e indiscutível a representatividade da vitamina A na fertilidade.

Palavras-chave – Ácido Retinóico. Espermatogênese. Infertilidade Masculina. Vitamina A.

^{*} Acadêmico (a) do curso de Graduação em Nutrição/UNIMAR.

^{**} Docente do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Marília – Unimar. Docente do Programa de Mestrado Interdisciplinar em Interações Estruturais e Funcional na Reabilitação - UNIMAR.

^{***} Docente da Universidade de Marília – UNIMAR

E-mail: claurucco@gmail.com

AValiação E COMPARação QUALITATIVA DE PREPARações DO CARDáPIO ESCOLAR ENTRE DUAS ESCOLAS PÚBLICAS

MINAMI, Nayra Etsuko Amorim^{*}; RIBEIRO, Luana Beatriz^{*}; MILLER, Tânia Corrêa^{**}

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) objetiva empregar a alimentação saudável e adequada com acesso igualitário aos alunos matriculados na rede pública de educação básica. Portanto, os cardápios ofertados aos alunos por meio do PNAE, necessitam ser avaliados para que se possam assegurar a qualidade da alimentação escolar, sua influência na formação dos hábitos alimentares e na qualidade de vida destes alunos. O objetivo dessa pesquisa foi avaliar e comparar a qualidade nutricional das preparações dos cardápios das refeições de duas escolas públicas. O serviço de alimentação das escolas é terceirizado e as mesmas se situam em duas cidades do interior de São Paulo. Para a realização da pesquisa foram avaliados vinte cardápios de cada escola, pré-elaborados para os alunos do período integral, utilizando a ferramenta de Avaliação qualitativa das preparações do cardápio escolar (AQPC escola). A presença de alimentos recomendados deve apresentar percentual superior ao de alimentos controlados, com isso no cardápio 1 foi analisada a presença de frutas em todos os dias letivos enquanto o cardápio 2 apresentou a frequência de apenas 15%, porém o inverso ocorreu em relação a oferta de salada no qual o cardápio 1 apresentou apenas 50% da frequência de saladas, enquanto no cardápio 2 a frequência foi de 100%. Em relação ao leite e derivados os quais no cardápio 1 apresentou apenas 50% de frequência e no cardápio 2 houve 100%. A frequência de leguminosas foi de 100% no cardápio 1 e de 80% no cardápio 2. A frequência de vegetais não amiláceos foi de 70% no cardápio 1 e 40% no cardápio 2, em ambos a frequência das categorias ‘cereais, pães, massas e vegetais amiláceos’ e ‘carne e ovos’ foi de 100%, diferentemente dos alimentos integrais, o qual não foi ofertado nenhuma vez em nenhum dos cardápios. Os alimentos controlados devem apresentar percentual inferior a 20%, sendo que no cardápio 1 categorias com percentual acima do desejado foram preparações com açúcar adicionado e produtos com açúcar em 40%, alimentos concentrados em pó ou desidratados em 35%, cereais matinais, bolos e biscoitos em 40% e preparação com cor similar na mesma refeição em 30%. Já no cardápio 2 foram as categorias preparações com açúcar adicionado e produtos com açúcar em 100%, alimentos concentrados em pó ou desidratados e bebidas de baixo teor nutricional em 95%, cereais matinais, bolos e biscoitos em 55%. Após análise dos resultados, foi constatado que os cardápios apresentam baixa frequência em diferentes categorias dos alimentos recomendados, como frutas, saladas, vegetais não amiláceos, não coincidindo a ocorrência das categorias entre as escolas, com exceção de alimentos integrais os quais não são ofertados em nenhum dos cardápios das duas escolas. Em relação aos alimentos controlados no cardápio 1 houve um excedente do percentual em algumas categorias, todavia o cardápio 2 apresentou percentuais próximos à 100%, representando a presença de alimentos que deveriam ser controlados em todos os dias letivos. Desta forma, sugere-se a melhora dos cardápios escolares para que proporcione para os alunos refeições de qualidade alimentar e nutricional.

Palavras-chave: Alimentação escolar. Avaliação de Programas e Instrumentos de Pesquisa. Refeições.

^{*} Acadêmica do curso de Nutrição da Universidade de Marília – UNIMAR

^{**} Docente da Universidade de Marília – UNIMAR.

E-mail da orientadora: tmiller@unimar.br

IMPACTO DA PANDEMIA DA COVID-19 NA COMPOSIÇÃO CORPORAL E NOS HÁBITOS ALIMENTARES

MINAMI, Nayra Etsuko Amorim*, BARBOSA, Bruna*, GONÇALVES, Henry Alex*, QUESADA, Karina**.

Com a pandemia da COVID-19 foi necessária a implementação de medidas restritivas, a fim de evitar a propagação e consequente incidência crescente da doença. Decorrente destas houve uma alteração significativa na rotina de toda população mundial, de modo a favorecer o aumento do estresse mental, mudanças no comportamento alimentar e inatividade física, estes como fatores relacionados a alteração da composição corporal podem contribuir com o aumento da deposição de gordura e com a sarcopenia. Com isso ao considerar o aumento do tecido adiposo como um fator de risco para doenças crônicas não transmissíveis, este pode atuar como um também como um fator indireto relacionado a maior suscetibilidade à infecção e ao agravamento da doença. Deste modo, o objetivo desse estudo é fornecer informações sobre o impacto da pandemia da COVID-19 na dieta e na composição corporal das pessoas por meio de uma revisão de literatura. Trata-se de uma pesquisa bibliográfica, na qual foram utilizados seis artigos científicos acerca do tema. Para sua realização foram utilizadas as palavras-chave ‘COVID 19’, ‘Lockdown’ e ‘Body Composition’ na base de dados Pubmed e Scielo, os critérios de inclusão consistiram em artigos publicados em inglês e português sobre o tema, que foram publicados e indexados nos referidos bancos de dados nos últimos 2 anos e que tratam exclusivamente do impacto do isolamento social durante a pandemia. A pesquisa foi realizada no mês de abril de 2021. A partir dos achados encontrados nos artigos, essa revisão revelou que indivíduos em isolamento social durante a pandemia do novo coronavírus apresentaram uma diminuição transitória na qualidade da dieta, com consumo diminuído de frutas e vegetais e um consumo aumentado de doces, fast food e carnes por dia, estas alterações foram prevalentes na ingestão alimentar de indivíduos com IMC acima de 25kg/m², enquanto em indivíduos que apresentam baixo peso foi constatada tendência a perda de peso, em um estudo foram comparados parâmetros séricos de antes e depois do confinamento, os quais apresentaram tendência ao aumento dos níveis séricos de glicose, colesterol total, LDL-c e aumento da razão colesterol/HDL-c. Já a inatividade física durante o isolamento examinou maior redução dos níveis de atividade física em idosos e aqueles com excesso de peso, estando mais suscetíveis a perda de massa muscular e ao aumento do tecido adiposo. Todavia não foram demonstradas alterações significativas na composição corporal em nenhum dos estudos. Deste modo estudos argumentam em relação ao potencial de ganho de peso e ao risco do aumento da insegurança alimentar por acesso reduzido e meios insuficientes para aquisição de alimentos a longo prazo. Contudo pode ser observado pouca alteração da composição corporal em estudos realizados em países diferentes, entretanto a alteração da ingestão alimentar foi observada em todas as amostras estando relacionadas principalmente com o IMC, as populações de estudo foram semelhantes, sendo este um fator a ser considerado, visto que foram analisados principalmente jovens com ensino superior completo ou incompleto, de modo a que tais dados não reflitam as condições da população mundial como um todo.

Palavras-chave: Composição corporal. Covid 19. Ingestão alimentar.

* Acadêmicos do curso de nutrição da Universidade de Marília – UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília – UNIMAR.

E-mail da orientadora: karinaquesada@gmail.com

ANÁLISE FÍSICO-QUÍMICA DA *PERESKIA ACULEATA MILLER*

FERREIRA, Giulia Maria Boaro^{*}; PEIXOTO, Maria Julia Daniel^{*}; SILVA, Stefanie Lanza^{*}; DA SILVA, Bruna Lima^{**}; MARINELLI, Paulo Sergio^{**}; MARCONATO, Mara Silvia Foratto^{**}

A carência nutricional de grande parte da população e a procura por alimentos mais saudáveis tem gerado a necessidade do melhor aproveitamento de determinados alimentos. As chamadas PANCS (Plantas alimentícias não convencionais) são plantas que apresentam elevado valor nutricional, sendo também uma boa alternativa para pessoas que buscam ter uma alimentação saudável, porém essas plantas ainda são muito subutilizadas e desconhecidas pela população. A *Pereskia aculeata Miller*, conhecida popularmente como ora-pro-nobis (OPN), é classificada como um vegetal não convencional e pode ser considerada um complemento nutricional pois apresenta altos teores de proteína, ferro, fibras, e alguns aminoácidos essenciais. Essa pesquisa tem como objetivo avaliar a composição físico-química de duas amostras, uma sendo da folha de OPN in natura e a outra da farinha de OPN. A primeira amostra foi selecionada, higienizada e pesada cem gramas de folhas de OPN in natura. A segunda amostra foi pesada cem gramas de farinha de OPN, sabendo que a farinha foi elaborada no laboratório de técnica e dietética da Universidade de Marília – Unimar, através da desidratação das folhas de OPN em forno micro-ondas em potência alta por 15 minutos, depois tritura até obter uma farinha homogênea. As análises foram realizadas nos laboratórios da farmácia industrial da universidade de Marília, onde foram feitas análises de umidade, cinza, gorduras, fibra total e proteínas em triplicata de acordo com a metodologia preconizada pelo Instituto Adolfo Lutz, e os percentuais de carboidratos, que foram calculados por diferença dos outros componentes centesimais. O resultado obtido mostrou uma diferença de nutrientes entre as amostras de OPN in natura e da farinha de OPN, a in natura apresentou em torno de 6g de carboidrato, 3g de proteína, 0,6g de gordura total e 1,5g de fibra total; já a farinha apresentou em torno de 40g de carboidrato, 22g de proteína, 5g de gordura total e 12g de fibra total. Conclui-se então que a folha de OPN in natura quanto a farinha de OPN apresentam boa qualidade nutricional e podem ser usadas como complemento alimentar para enriquecimento nutricional.

Palavras-chave: Desidratação. Ora-pro-nóbis. Nutrientes.

^{*} Acadêmica do curso de Nutrição da Universidade de Marília – UNIMAR

^{**} Docente da Universidade de Marília – UNIMAR.

E-mail da orientadora: marasfmarconato@gmail.com

AVALIAÇÃO DA SAUDABILIDADE E SUSTENTABILIDADE DE CARDÁPIOS EM UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO (UAN)

DE FREITAS, Júlia Bispo Licate*; BARDAOUIL, Natalia Coracini*; SILVA, Stefanie Lanza*; MILLER, Tânia Corrêa**.

Existem muitos trabalhadores que consomem refeições em Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN) e fazem sua refeição mais importante do dia em seu local de trabalho. Considerando as evidências científicas que mostram os benefícios que a alimentação saudável proporciona, através de alimentos que cooperam para a promoção da saúde humana, evitam o aparecimento de doenças crônicas e garantem que gerações futuras tenham saúde e qualidade de vida, confirma-se uma tendência mundial na busca e incentivo de uma alimentação saudável e sustentável. Nota-se assim, a indispensabilidade de uma alimentação baseada em alimentos orgânicos e reduzida em transgênicos, caracterizando cardápios cada vez mais saudáveis. Este estudo tem como objetivo conhecer a saudabilidade e sustentabilidade de cardápios em uma UAN. Como ferramenta para o desenvolvimento da pesquisa, foi aplicado um questionário elaborado por Mota et al. (2017) em uma UAN situada no interior do estado de São Paulo. O questionário foi aplicado ao gestor da UAN uma vez na semana durante 3 semanas. Foi calculada a média das respostas e foram obtidos resultados de acordo com a porcentagem das opções: S (conforme), N (não conforme) e NA (não se aplica). Os resultados obtidos com a aplicação do instrumento para avaliar ações sustentáveis na produção de refeições, demonstraram que a UAN avaliada apresentou 54,56% de cumprimento de boas práticas voltadas para a abordagem saudável e sustentável, como: controle de perdas/sobras; uso de energia renovável; minimização da quantidade de resíduos descartados junto com a água; oferta de variedade de escolhas alimentares, incluindo a seleção de preparações regionais e o resgate do patrimônio gastronômico; janelas que facilitam a entrada de luz natural e estratégias de economia. Mostrou-se que o local pesquisado não seguia todas as medidas de produção sustentável, sendo então responsabilidade do gestor implementar requisitos como: a compra direta de alimentos de produtores locais; aquisição de produtos orgânicos, reduzir a utilização de alimentos com embalagens múltiplas e a não utilização de matérias-primas com ingredientes transgênicos em sua composição para a produção de refeições. Conclui – se que a UAN atingiu mais do que cinquenta por cento de cumprimento de aspecto saudável e sustentável na produção de refeições, a maioria estando dentro das conformidades. Porém, é preciso implementar os procedimentos em não conformidade para melhorar ainda mais a saudabilidade e sustentabilidade dos cardápios.

Palavras-chave: Alimentação coletiva. Ciências da Nutrição. Meio ambiente.

* Acadêmica do curso de Nutrição da Universidade de Marília – UNIMAR

** Docente da Universidade de Marília – UNIMAR.

E-mail: tmiller@unimar.br

DESPERDÍCIO ALIMENTAR EM UNIDADES DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO: UMA REVISÃO

ROSSI, Karolen Santana* ; OLIVEIRA, Thaina* ; MILLER, Tânia Correa** .

O desperdício de alimentos em Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN) representa uma pauta importante, pois trata-se de um indicador de problemas na cadeia de abastecimento alimentar, ou das variações individuais dos consumidores, do apetite e das preferências alimentares de cada um. Apesar do desperdício ser inevitável, suas causas devem ser estudadas para que haja a implementação de estratégias que visem sua redução. O presente estudo tem como objetivo identificar e analisar as produções científicas sobre desperdício de alimentos em UAN. A pesquisa se caracteriza como uma revisão integrativa realizada através de coleta de dados, a partir de levantamento bibliográfico. O levantamento de artigos na literatura foi realizado entre os dias 22 e 27 do mês de abril de 2021. Realizou-se uma busca nas bases de dados Scielo e PubMed, onde foram utilizados para buscas dos artigos as palavras-chave em português: “Alimentação coletiva”, “Resíduos de alimentos” e “Desperdício de alimentos”. Os critérios de inclusão estabelecidos foram: artigos originais e disponibilizados na íntegra e na forma online, publicados em português, inglês e espanhol, no período compreendido entre os anos de 2014 e 2021, totalizando 1134 artigos. Como critérios de exclusão foram estabelecidos artigos de pesquisa bibliográfica e de reflexão, teses, dissertações e artigos repetidos em diferentes bases de dados. Ao final da revisão, foram selecionados cinco artigos científicos que estavam de acordo com critérios de inclusão previamente estabelecidos. Em um dos artigos, foi observado em média mais de 20% de desperdício dos alimentos produzidos em uma UAN. Após a capacitação dos funcionários, as sobras de alimentos no balcão de distribuição e os restos de ingestão per capita foram reduzidos significativamente. Em outro estudo, o indicador de restos, foi elevado em todas as refeições, sendo superior nas refeições do meio da manhã e na ceia, sendo que a principal razão apontada foi a baixa ingestão de origem clínica, sobretudo a falta de apetite. Como consideração final com base na revisão dos artigos, foi observado que o desperdício alimentar existe nos mais diversos tipos de UAN's, e nem sempre são os comensais que deixam a comida no prato, muitas vezes os próprios funcionários acabam desperdiçando alimentos durante a produção. Sendo assim, as ações de capacitação para os funcionários podem diminuir consideravelmente o percentual de desperdício dos alimentos, desde a produção até o resto-ingestão. Os estudos revisados oferecem relevantes subsídios para o entendimento do impacto do desperdício de alimentos em UAN, tanto no meio ambiente, quanto na economia.

Palavras-chave: Alimentação coletiva. Resíduos de alimentos. Desperdício de alimentos.

* Acadêmico do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Marília – Unimar

** Docente do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Marília – Unimar.

E-mail da orientadora: tmiller@unimar.br

OS SINTOMAS GASTROINTESTINAIS RELACIONADOS À COVID-19

BRITO, Mariana de Carvalho* ; RIBEIRO, Thauany* ; QUESADA, Karina**

Apesar de ter surgido recentemente e ter sido declarada como pandemia mundial pela Organização Mundial de Saúde (OMS) somente em março de 2020, a Covid-19 vem sendo alvo de muitos estudos e análises a fim de se entender e diminuir os impactos nos indivíduos e na saúde pública. Este estudo tem como objetivo investigar quais são os sintomas gastrointestinais relacionados à Covid-19, por meio de uma revisão bibliográfica de artigos que se dedicaram ao tema. Para o levantamento dos artigos na literatura, realizou-se uma busca na biblioteca eletrônica: Scientific Electronic Library Online (SciELO), na seção de periódicos científicos brasileiros. Para a busca das publicações foram utilizados os seguintes descritores e suas combinações na linha portuguesa e inglesa: Covid-19, sintomas gastrointestinais, e dor abdominal. Os critérios de inclusão definidos para a seleção foram artigos publicados em português e inglês, na íntegra, que relatassem a temática referente à revisão bibliográfica e divulgados no ano de 2020. A análise quanto à síntese dos dados extraídos dos textos foi realizada de forma descritiva com o intuito de reunir o conhecimento produzido sobre o tema explorado na revisão. A amostra final desta revisão foi constituída por quatro artigos científicos em português e inglês. A partir dos achados encontrados nos artigos incluídos, esta revisão revelou que os sintomas gastrintestinais são frequentes entre os casos leves de portadores de Covid-19 e se manifestaram como dor abdominal, diarreia, náusea, vômitos e ausência de apetite. Além disso, a maioria dos pacientes analisados apresentaram sintomas gastrintestinais antes dos respiratórios. De forma geral, homens são mais afetados do que mulheres, e as crianças infectadas pelo coronavírus, que geralmente apresentam formas clínicas leves ou assintomáticas, na maior parte dos casos com alguns sintomas gastrintestinais associados. A conclusão é que a Covid-19 apresenta um amplo aspecto de sintomas gastrintestinais, mais comuns do que se pensava originalmente, caracterizados por dor abdominal, diarreia, náusea, vômitos e ausência de apetite. Em virtude disso, os radiologistas — principalmente os abdominais — e os demais profissionais da saúde devem ficar alerta para identificar alterações e avaliar principalmente o abdômen em busca de incômodos gastrointestinais, indicando imediatas e adequadas ações para diagnóstico precoce e tratamento correto contra a Covid-19.

Palavras-chave: Covid-19. Sintomas. Gastrointestinal. Dor abdominal.

* Acadêmicos do curso de nutrição da Universidade de Marília – UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília – UNIMAR.

E-mail da orientadora: karinaquesada@gmail.com

BOAS PRÁTICAS DE MANIPULAÇÃO DE ALIMENTOS EM UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO DURANTE A SINDEMIA DA COVID-19

RIBEIRO, Thauany*; MILLER, Tânia Corrêa**

As boas práticas de manipulação de alimentos são essenciais para garantir uma produção livre de microrganismos patogênicos e evitar contaminações que podem impactar a saúde pública. Para isso, a qualificação técnica dos manipuladores é essencial. Este trabalho tem o objetivo de avaliar se as boas práticas aplicadas em uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) estão adequadas. Para estudo de caso prático, foi analisada uma UAN situada em uma indústria de alimentos que produz 1.310 refeições diárias, que distribuem marmitas pequenas ou grandes, com opção com ou sem feijão e o prato principal pode ser substituído por ovo ou omelete. Os itens de avaliação aplicados foram baseados no roteiro de inspeção da Portaria CVS nº 5, de 9 de abril de 2013, da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) sendo utilizado o Capítulo II – Higiene e Saúde dos Funcionários, Responsabilidade Técnica e Capacitação de Pessoal; Seção II – Higiene e Segurança dos Funcionários; nos artigos 10º ao 15º. Além dos critérios listados no roteiro de inspeção, é importante pontuar que o período de realização do estudo foi entre 1º e 22 de março de 2021, durante a Sindrome da Covid-19, o que exigiu cuidados adicionais sobre a segurança alimentar, pessoal e coletiva. Com base no roteiro de inspeção, foram observados alguns aspectos em relação aos funcionários, exclusivamente a cozinheira e a auxiliar de cozinha: se estavam asseadas, com mãos limpas, unhas curtas, sem esmaltes ou adornos; se usavam seus uniformes e se encontravam limpos e com os Equipamentos de Proteção Individual, quando necessários; se foram observados hábitos e comportamentos que poderiam evitar a contaminação dos alimentos durante as atividades de produção; e se estavam disponíveis cartazes educativos sobre a higienização das mãos nas instalações sanitárias e lavatórios. Como resultado, foi observado que, de modo geral, durante os procedimentos alimentares, todos os tópicos estavam adequados. Porém, foi observada inconformidade no protocolo de uso da máscara facial para proteção contra a Covid-19. Sendo assim, foi orientado aos gestores que fosse incluída uma palestra durante os treinamentos frequentemente realizados na UAN sobre a importância do uso correto da máscara facial durante todo o período de trabalho, para garantir a segurança da coletividade, especialmente no ambiente industrial. Depois do treinamento, o roteiro foi reaplicado e não foi encontrada nenhuma inconformidade. Desta forma, conclui-se que o roteiro de inspeção foi satisfatório.

Palavras-chave: Higiene. Manipulação de Alimentos. Segurança alimentar. Serviços de Alimentação.

* Acadêmico do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Marília – Unimar.

** Docente do curso de graduação em Nutrição da Universidade de Marília – Unimar.

E-mail da orientadora: tmiller@unimar.br

Índice remissivo

ADELL, Adriana	72
ARDIM, Milena Cristina Bonadio	66
AZNAR, Eduardo	86
BARBOSA, Bruna	96
BARDAOUIL, Natália Coracini	44,98
BECHARA, Karina Quesada	66
BOSCO, Gabriela de Oliveira	18,78
BRITO, Mariana de Carvalho	44,88,
.....	89,100
BRIZOLLA, Fábio de Lima	66
CALEMAN NETO, Agostinho	86
CARVALHO, Liz	23,80
.....	82
CORACINI, Daniel Meyer	28
COSTA, Milene de Souza Ferreira	18,73
DA SILVA, Bruna Lima	97
DANIEL, Mariana Moreira	87
DE FREITAS, Júlia Bispo Licate	18,74
.....	98
DETREGIACHI, Cláudia Rucco Penteado	13,23,
.....	28,55,
.....	64,67,
.....	68,70,
.....	74,75,
.....	80,83,
.....	85
DOS SANTOS, Marcus Vinicius Zambelo	28,83
EZÍDIO, Karla Regina	55
FERREIRA, Giulia Maria Boaro	34,75,
.....	78,79,
.....	97
FRABETTI Maria Luiza Dorighele	52,84
GABALDI, Márcia	13
GARCIA, Giovanna Barbosa	18,73
.....	74
GARCIA, Nataly	55,64,
.....	93,94
GIMENES, Eduardo Aznar	28,69
GODOY Matheus Jeliel Franco	52,69
GONÇALVES, Henry Alex	13,96
LEME Emilyn Caroline Dias	52,84
LIMA, Fábio Brizolla	59,72
LOSNAQUE, Maria Carolina Silva	39,86
MACHADO, Leonardo Sampaio	44,83
MARCONATO, Mara Silvia Foratto	8,34,
.....	67,68,
.....	70,74,
.....	75,76,
.....	80,83,
.....	85,94,
.....	97
MARINELLI, Paulo Sergio	34,97
MARTINS, Helen Dias	76

MARTINS, Joice Domiciano	77,90
MILLER Tânia Correa	39,48,
.....	52,65,
.....	69,71,
.....	72,77,
.....	78,82,
.....	84,87,
.....	88,89,
.....	91,92,
.....	93,95,
.....	98,99,
.....	101
MINAMI, Nayra Etsuko Amorim	13,95,
.....	96
MORASSATO, Michelle Righetti Rocha Trinca.....	44
MORENO, Júlia Mansolelli	13,75,
.....	78,79
MOROSSATO, Michelle Righetti Rocha Trinca.....	18
NOVAIS, Paulo Cezar	59
OLIVEIRA, Carlos Roberto Junior.....	23,65,
.....	66
OLIVEIRA, Thaina.....	48,99
PEIXOTO, Maria Julia Daniel	34,85,
.....	97
PEREIRA DOS SANTOS, Marcos Adriano.....	39
PINHEIRO, Erick Vinicius Brabo	59,70,
.....	71
QUESADA, Karina.....	13,55,
.....	64,73,
.....	79,81,
.....	86,90,
.....	96,100
RAPADO, Ana Laura Aguiar	88,89
RIBEIRO, Luana Beatriz	13,95
RIBEIRO, Thauany	8,100,
.....	101
ROSSI, Karolen Santana	28,67,
.....	99
SALLES, Marina Lancaster de Moraes	55,70,
.....	82,90
SANT'ANA, Geovana	8
SANTOS, Bruna	8
SANTOS, Jeffrerson	8
SANTOS, Mateus Cezar dos.....	48,69
SCANAVACCA, Angiseli Damaceno.....	55,64,
.....	73,94
SGANZERLA, Pedro Lopes.....	59,68
SILVA, Bruna Lima da	34,52
SILVA, Franciele Rebeca de Oliveira.....	8,855
SILVA, Lucas Roberto Novais Sá Teles.....	28,69,
.....	94
SILVA, Mayara Cristine Rosa da	39,91
SILVA, Stefanie Lanza	34,81,
.....	97,98
SOUZA Vinicius Machado	52

TARDIM, Milena Cristina Bonadio.....	92
TEIXEIRA, Daniel De Bortoli.....	28
Teles; DETREGIACHI, Cláudia Rucco Penteado	94
VANUCCI, Daniel Malta.....	48,67,
.....	68
VANUCCI, Daniel Malta.....	67
VILELA, Lana Mara Araujo.....	23,80,
.....	81