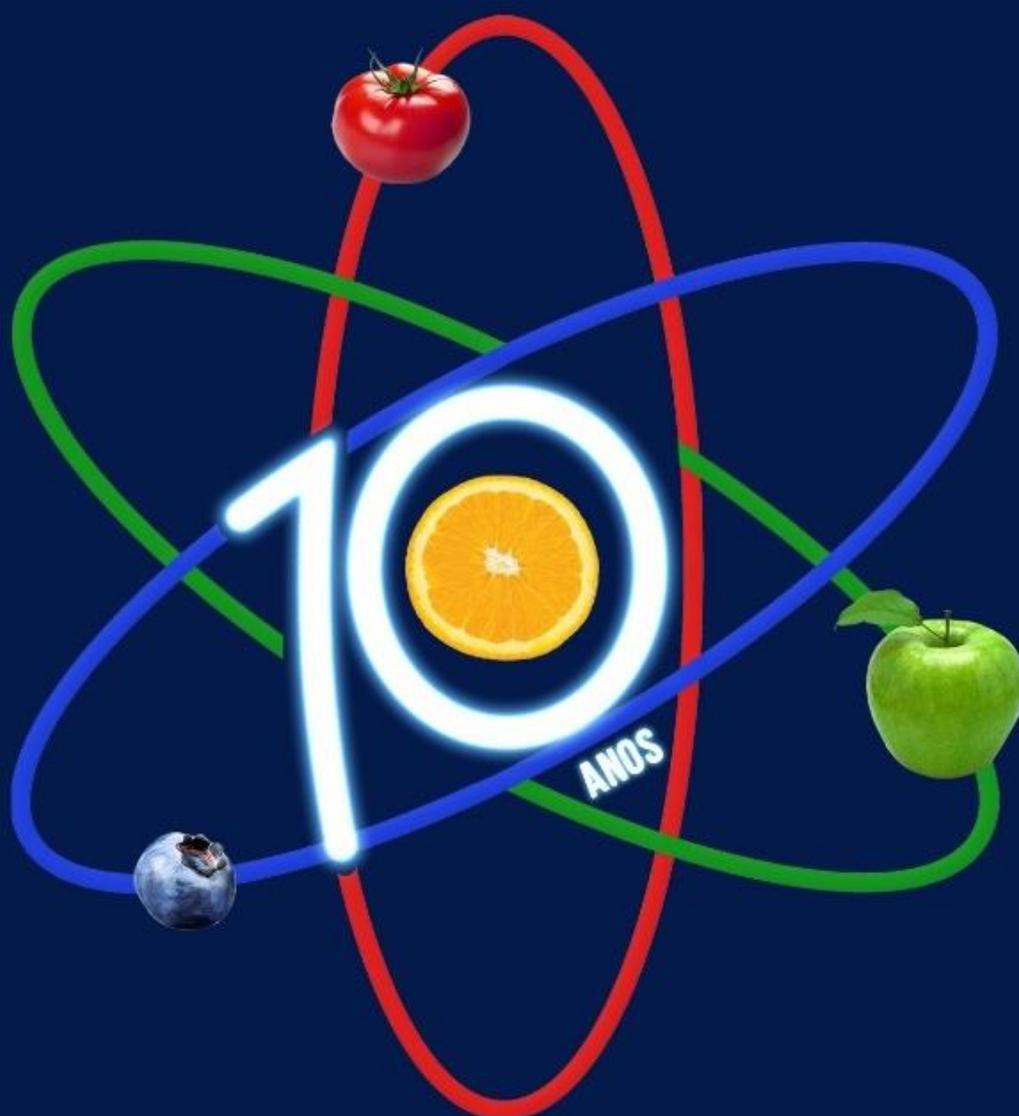


10^o ENCONTRO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DO CURSO DE NUTRIÇÃO

+ 10^o Prêmio Nutriciência



DATA

20 • MAIO • 2020

NUTRIÇÃO
Unimar
UNIVERSIDADE DE MARÍLIA

Amor de
Criança

UNIVERSIDADE DE MARÍLIA

NUTRICIÊNCIA

***X ENCONTRO DE
INICIAÇÃO CIENTÍFICA
DO CURSO DE
NUTRIÇÃO***

20 de maio de 2020

CADERNO DE RESUMOS

ISSN 2316-2694

UNIVERSIDADE DE MARÍLIA

REITOR

Márcio Mesquita Serva

VICE-REITORA

Regina Lúcia Otaiano Losasso Serva

PRÓ-REITOR DE GRADUAÇÃO

José Roberto Marques de Castro

PRÓ-REITORA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO

Fernanda Mesquita Serva

PRÓ-REITORA DE AÇÃO COMUNITÁRIA

Fernanda Mesquita Serva



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

COMITÊ INSTITUCIONAL DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA

***X ENCONTRO DE
INICIAÇÃO CIENTÍFICA
DO CURSO DE
NUTRIÇÃO***

COMISSÃO ORGANIZADORA

Profa. Dra. Cláudia Rucco Penteado Detregiachi

Profa. Ms Mara Silvia Foratto Marconato

Profa. Dra. Walkiria Martinez Heinrich Ferrer

EDITORÇÃO GRÁFICA

Profa. Dra. Walkiria Martinez Heinrich Ferrer

Julia Caroline Romão

APOIO

Núcleo Integrado de Pesquisa e Extensão

NIPEX/UNIMAR



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	20
Índice remissivo de autores	45

APRESENTAÇÃO

O ano de 2020, certamente, ficará registrado como um dos momentos mais tristes da história da humanidade. Em tempos de pandemia, há uma reestruturação dos valores, hábitos e costumes e dentre as transformações a Educação se destaca, pois se reinventa a cada novo desafio e nossos educadores superam as dificuldades com dedicação e comprometimento. Neste momento de incertezas, não há como não render homenagens ao corpo docente da Universidade de Marília, “heróis sem capa” que, por meio de práticas pedagógicas inovadoras, demonstram seriedade, competência e respeito aos nossos alunos.

Neste ano, comemoramos os dez anos do Nutriciência, evento científico do curso de graduação em Nutrição da Universidade Marília, que, em meio ao momento conturbado, também se reinventou, propiciando a disseminação dos resultados de pesquisa do corpo docente e discente, além de debates extremamente produtivos e necessários por meio de plataformas digitais, como o momento exige.

A realização do 10º Encontro de Iniciação Científica do curso de Nutrição da Universidade de Marília e o 10º Prêmio Nutriciência, no dia de 20 de maio de 2020, salienta e consolida o comprometimento da UNIMAR com a prática da Iniciação Científica, constituindo um diferencial de qualidade no ensino superior.

Profa. Dra. Walkiria Martinez Heinrich Ferrer
Coordenação do Núcleo Integrado de Pesquisa e Extensão

Maio de 2020

Sessão de comunicações

Apresentação Oral

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE POVOS INDÍGENAS: ADEQUADA OU NÃO A CULTURA ALIMENTAR?

SANTANA, Gabriela Silva*; MARTINS, Maria Vitória dos Santos*; VILAS BOAS, Namie Sophia Tahara*; ANGELIM, Paula Caroline Rodrigues*; MILLER, Tânia Côrrea**

No Brasil existem mais de 200 etnias indígenas divididas em áreas rurais e urbanas, com mais de 810 mil indígenas em todo território nacional, segundo o IBGE (2010). O processo de globalização vem gerando mudanças no comportamento alimentar dos povos indígenas que vem passando por um acelerado período de transformações. O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) é uma política pública que tem como objetivo atender às necessidades nutricionais dos alunos durante o período que permanecerem em creches, pré-escolas e escolas do ensino fundamental, inclusive indígenas. Diante disso, o objetivo desta pesquisa é analisar se a alimentação escolar de povos indígenas está de acordo com a normatização do PNAE e do Guia Alimentar para a População Brasileira e se respeita a cultura alimentar desses povos. Participarão do estudo diretores, merendeiros e indígenas atuantes em escolas indígenas do centro-oeste do estado de São Paulo. Será solicitada autorização aos dirigentes de duas escolas indígenas localizadas nas cidades de Avaí e Tupã. O projeto será submetido ao Comitê de Ética por meio da plataforma Brasil e após a aprovação os participantes assinarão um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Serão aplicados questionários adaptados de Alvarez (2017). Os diretores e merendeiros irão responder os questionários e também será organizada uma roda de conversa com indígenas que trabalham nas escolas estudadas. Os dados serão avaliados por meio da Matriz Avaliativa de Alvarez (2017) que foi elaborada com base nos três componentes propostos por Donabedian (1990), nos quais apresentam os seguintes indicadores: Estrutura (que aborda características do serviço alimentação escolar, tais como recursos humanos, se há cozinheiros indígenas na escola e opiniões dos beneficiários), Processo (que serão investigados itens relacionados ao emprego da alimentação saudável e adequada, se há uma valorização da cultura indígena e a qualidade nutricional do cardápio) e Resultado (que serão investigados se há um monitoramento e fiscalização do PNAE nesses locais que distribuem a alimentação escolar). Os juízos de valor para cada indicador foram designados como “adequado” ou “inadequado” segundo os parâmetros definidos, os mesmos serão baseados no trabalho de Alvarez (2017). A tabulação dos dados quantitativos será realizada com o apoio do programa EXCEL e a análise dos dados será descritiva.

Palavras-chave: Hábitos Alimentares. População Indígena. Tradições Alimentares.

* Acadêmica do curso de Graduação em Nutrição/UNIMAR

** Docente do curso de Graduação em Nutrição/UNIMAR

ANÁLISE BIOQUÍMICA DO PERFIL HEPÁTICO E RENAL EM PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO QUE FAZEM USO DE WHEY PROTEIN E CREATINA

CAMPOS, Marcus Vinicius Lelis*; RODRIGUES, Julia Godoy*; NETO, Agostinho Caleman*; SILVA, Leonardo Cipola da*; SILVA, Vinicius Pelegrinelli*; NOVAIS, Paulo Cezar**

Nos últimos anos a prática de musculação tem apresentado um aumento considerável de adeptos nas academias no qual, o uso de suplementos alimentares vem crescendo de forma concomitante. Neste cenário, dentre os suplementos mais utilizados pelos praticantes dessa modalidade, destacamos a Creatina e o Whey Protein, que apresentam efeitos benéficos no desempenho desta. Além do uso de suplementos, a ingestão protéica diária dos praticantes de musculação, ultrapassa a recomendação máxima da SBME (1,8 g/kg/dia), o que em conjunto com o uso destes suplementos, numa dosagem maior que a recomendada, pode levar a um prejuízo da função renal e/ou hepática nos praticantes. Portanto, o presente estudo tem como objetivo analisar a função hepática e renal em praticantes de musculação que fazem uso de Whey Protein e Creatina. A seleção dos indivíduos para esta pesquisa será realizada através da aplicação de um questionário, e posteriormente, será realizado um recordatório de três dias; sendo de dois dias caracterizados como dias típicos e um atípico, para caracterização dos gramas de proteína por kg de peso de cada participante, onde será feita uma média. Será coletado também uma amostra de 15mL de sangue dos participantes, para a análise bioquímica das enzimas AST e ALT, bem como análise de uréia e creatinina. Os dados obtidos serão anotados em planilhas eletrônicas e a análise estatística será feita pelo programa SPSS versão 19.0. O presente estudo terá início somente após a apreciação e aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Marília -Unimar, bem como a anuência da coordenação do curso de Nutrição. Os participantes selecionados para a realização deste estudo assinarão um termo de consentimento livre e esclarecido, munidos de todas as informações detalhadas sobre a natureza da investigação.

Palavras-chave: Suplementos Nutricionais. Nefropatias. Treinamento de Resistência.

*Acadêmico do curso de Graduação em Nutrição/UNIMAR

**Docente da Universidade de Marília/UNIMAR

BARRA ALIMENTÍCIA PRÉ-TREINO: DESENVOLVIMENTO E ANÁLISE SENSORIAL

TASSA, Gabriel Francisco Adriano* ; SILVA, Matheus Rainho* ; RIBEIRO, Guilherme Paes* ; PEREIRA, Fabiano* ; MILLER, Tânia Corrêa** ; SILVA, Bruna Lima da**

A nutrição pré-treino é essencial para potencializar o desempenho durante o exercício, destacando-se entre as estratégias do planejamento alimentar. Vários fatores vão interferir na elaboração e composição da refeição pré-treino, tais como: horário do início do treino, a duração do exercício, intensidade, modalidade e tolerância gástrica individual. A refeição pré-treino deve ser pobre em gorduras e fibras para facilitar o esvaziamento gástrico, rica em carboidratos para manter a glicemia e capaz de aumentar os estoques de glicogênio e proteínas, junto com uma quantidade adequada de líquidos para manter a hidratação. Com o aumento da procura por alimentos mais saudáveis e com nutrientes adequados, esta pesquisa justifica-se pela necessidade em disponibilizar mais uma opção para diversificação da dieta de praticantes de musculação. O objetivo deste trabalho é elaborar formulações de barra alimentícia a base de tahine composta com os nutrientes necessários para uma refeição pré-treino direcionada à praticantes de musculação bem como avaliar a aceitação e intenção de compra dos produtos. A população de estudo será composta por 100 julgadores não treinados (praticantes de musculação) com idade superior a 18 anos, de ambos os sexos, frequentadores de quatro academias de uma cidade do centro-oeste paulista. O projeto será submetido ao Comitê de Ética por meio da plataforma Brasil e após a aprovação os participantes assinarão um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Serão desenvolvidas duas formulações de barra alimentícia com os nutrientes necessários para uma refeição pré-treino variando-se a quantidade de tahine e após a determinação da composição nutricional das mesmas, as amostras padronizadas de 30g serão disponibilizadas aos julgadores. A avaliação sensorial dos produtos será feita por meio do teste afetivo de aceitação por escala hedônica de 9 pontos, utilizando os parâmetros organolépticos de cor, sabor, aroma, textura, aparência e nota global. Além disso, será avaliada a intenção de compra desses produtos por escala hedônica de 5 pontos. Os dados obtidos serão tabulados no programa Windows Excel® e o tratamento estatístico dos dados quantitativos serão realizados com o apoio do programa BioEstat 5.0. O nível de significância considerado será de 5% ($p < 0,05$).

Palavras-chave: Hipertrofia. Nutrição. Musculação. Desempenho físico.

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

** Docentes da Universidade de Marília – UNIMAR

SUPLEMENTAÇÃO DE BIOMASSA DE BANANA VERDE EM CRIANÇAS E ADOLESCENTE COM ACOMETIMENTO NEUROLÓGICO E CONSTIPAÇÃO INTESTINAL

DECANINI, Isabela Martins* ; SILVA, Leiziani Pereira da* ; SILVA, Larissa Oliveira Soares* ; LUCA, Natália Pereira de* ; MARTINS, Erivalda Martório Peres* ; COLA, Paula Cristina** ; JUNIOR, Francisco de Agostinho** ; ARRUDA, Camila Maria de** .

A Organização Mundial da Saúde (OMS) afirma que 10% da população mundial possui algum tipo de deficiência intelectual e neurológica. A paralisia cerebral (PC), um tipo de acometimento neurológico (ACN), afeta cerca de dois a cada 1.000 nascidos vivos em todo o mundo. Em consequência da redução da oxigenação cerebral que esses pacientes vêm a apresentar, uma lesão na área do controle da deglutição pode ocorrer, acarretando disfagia orofaringe e distúrbios gastrointestinais como a constipação. A etiologia da constipação intestinal é bastante complexa, e inclui a baixa ingestão de fibras que pode ser um dos fatores principais nesses pacientes com alteração de deglutição. A constipação intestinal (CI) pode ser definida como eliminação de fezes ressecadas, endurecidas, com frequência menor do que três evacuações semanais, ou, como critério geral, pode-se defini-la como qualquer dificuldade em realizar defecação, exigindo esforço maior do que o habitual. Pacientes que possuem distúrbios intestinais, como as constipações, apresentam a sensação de inchaço, trazendo desconforto, além de flatulências e dores abdominais. O tratamento deve ser focado na melhora da qualidade de vida do paciente, e além do uso de medicações, ingestão hídrica e consumo de fibras. O uso da biomassa de banana verde vem sendo uma opção para melhora do funcionamento intestinal. O presente estudo tem como objetivo avaliar o efeito do uso da biomassa de banana verde em pacientes com acometimento neurológico e diagnóstico de constipação intestinal do projeto Amor de Criança da Universidade de Marília (UNIMAR). O estudo será encaminhado ao comitê de ética e pesquisa e aguardará aprovação. Para a realização do estudo será entregue aos pais e responsáveis um termo de consentimento livre e esclarecido e, após a autorização dos responsáveis, serão coletados dados de pesagem, será feita classificação da função motora grossa (GMFCS), será realizado recordatório de vinte e quatro horas para identificar a ingestão hídrica e de fibras, e serão aplicados os questionários para análise da constipação intestinal contendo a escala de Bistol e Roma IV, aplicados em dois momentos. Com isso, serão ofertados 30g de biomassa de banana verde para cada um dos pacientes por um período de dois meses. Os resultados serão tabulados em plataforma Excel e analisados em programas estatísticos.

Palavras-chave: Acometimento neurológico. Biomassa de banana verde. Constipação intestinal. Fibras.

* Acadêmicos do curso de Nutrição na Universidade de Marília - UNIMAR

** Docentes na Universidade de Marília - UNIMAR

PERFIL ANTROPOMÉTRICO DE CRIANÇAS COM ACOMETIMENTO NEUROLÓGICO E DISFAGIA

SILVA, Gabriela Martinez da*; NASCIMENTO, Aline Caroline*; BRAGUIM, Natália Fernandes*; MOLARI, Natália Taveira*; BEZERRA, Talita Márcia Dutra*; ARRUDA, Camila Maria de**; AGOSTINHO JUNIOR, Francisco de**; COLA, Paula Cristina**.

O acometimento neurológico em crianças está associado com atraso no desenvolvimento de funções, habilidades cognitivas, linguagem e complicações neuro motoras. Neste estudo serão abordadas as síndromes genéticas e a paralisia cerebral. Na síndrome genética ocorrem como consequências alterações na deglutição, devido ao déficit no desenvolvimento neuropsicomotor. Algumas comorbidades estão associadas à paralisia cerebral sendo uma destas, os distúrbios gastrointestinais, incluindo principalmente, constipação, refluxo gastroesofágico e disfagia. A disfagia é um comprometimento da deglutição, o qual pode ocorrer em pacientes com síndrome genética e paralisia cerebral. Indivíduos com acometimento neurológico e disfagia possuem como fator prejudicial o comprometimento nutricional devido à uma dificuldade nas ações motoras que afetam a hidratação e nutrição. Neste contexto de crianças com acometimento neurológico, além do estado nutricional estar diretamente relacionado ao crescimento e desenvolvimento da criança, isto é resultante do balanço entre a ingestão e a perda de nutrientes. Estudos mostram que quanto maior o nível de comprometimento motor, pior o grau de disfagia e maior a incidência de desnutrição. Assim, o objetivo do estudo é analisar o estado nutricional, a partir dos dados antropométricos, de crianças com acometimento neurológico e disfagia do Projeto “Amor de Criança” desenvolvido na Universidade de Marília. Serão avaliados os dados antropométricos peso, estatura e índice de massa corporal (IMC) coletados do prontuário na data da primeira consulta e, por meio desses dados será avaliado o estado nutricional. Para classificar o estado nutricional dos indivíduos será utilizado o software *Anthro Survey Analyzer* da Organização Mundial de Saúde (OMS) e a curva de Brooks, a qual é uma curva específica para avaliar pacientes com paralisia cerebral. Outro aspecto que será levantado nos prontuários é a classificação da escala motora grossa (GMFCS). Também serão analisados os dados da função da deglutição, por meio da avaliação clínica e instrumental (videofluoroscopia de deglutição).

Palavras-chave: Anormalidades Congênitas. Estado Nutricional. Paralisia Cerebral. Transtorno de Deglutição. Transtorno Neurológico.

* Acadêmico do curso de Graduação em Nutrição/UNIMAR

** Docente da Universidade de Marília/UNIMAR

TRATAMENTO DA INTOLEÂNCIA A LACTOSE: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

AZEVEDO, Ana Julia de*; ARRUDA, Ana Carolina Teixeira Rosa*; MOSQUINI, Bárbara Marcon*; FERMINO, Carolina Felix*; BARBALHO, Sandra Maria**; SILVA, Márcia Rocha GABALDI**.

Estudos mostram que 50% da população adulta é intolerante a lactose e isso ocorre pois após a amamentação a atividade da lactase diminui devido a diminuição do consumo do leite, perdendo aproximadamente 90% dos níveis de lactase do nascimento até a fase adulta. Como a lactose não é hidrolisada pela lactase, ela se acumula no cólon e é fermentada pela flora intestinal, onde ocorre a formação de gases: metano (CH₄), hidrogênio (H₂) e dióxido de carbono (CO₂), além de ácidos (acético, propiônico e butírico), responsáveis pelas flatulências, dores abdominais e distensão abdominal. Inicialmente é recomendado a exclusão total de lactose da dieta, mas isso pode gerar outros problemas pois os produtos à base de lactose são os que mais contêm cálcio, fósforo e outras vitaminas. Um outro método recomendado, de acordo com o grau de intolerância de cada um, é a reintrodução gradativa, que consiste em incluir produtos contendo lactose em horários fracionados e juntamente com outro tipo de alimento. Estudos mostram que culturas probióticas promovem uma melhor digestão da lactose pois possui presença ativa de beta-galactosidase microbiana nos fermentos. Assim, o objetivo do estudo é levantar as formas de tratamento indicados para indivíduos com intolerância a lactose, através de uma revisão sistemática da literatura. Esse estudo será baseado nas diretrizes do PRISMA. O critério de elegibilidade para nossa pesquisa bibliográfica incluirá o formato PICO. Serão pesquisados artigos publicados de Junho de 2010 a Junho de 2020. Nossa busca será realizada nas bases de dados eletrônicos Bireme, Pubmed, Portal da Capes e Scielo. Serão selecionados apenas estudos no formato randomizado, que realizaram pesquisas em Seres Humanos para construção da tabela. Artigos com textos completos serão obtidos para apoiar a tomada de decisão e artigos repetidos serão descartados.

Palavras-chave: Intestino. Lactase. Leite. Patologia. Terapia.

* Acadêmico do curso de Nutrição da Universidade de Marília- UNIMAR

** Docente da Universidade de Marília- UNIMAR

QUALIDADE DE VIDA E ESTADO NUTRICIONAL DE IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS EM RELAÇÃO À FREQUENTADORES DE CENTROS DIA

YONEZAWA, Ana Beatriz*; SOUZA, Ana Laura Ferreira de Paula*; MOURA, Francielly Alexia Ferreira de*; KALAF, Giovanna Giandomênico*; DETREGIACHI, Claudia Rucco Penteado** ; QUESADA, Karina**.

Com o acentuado declínio na taxa de fertilidade e aumento da expectativa de vida, o envelhecimento populacional é um fenômeno mundial. Mais importante do que a longevidade, é o envelhecimento com qualidade de vida. Entre todas as mudanças que ocorrem durante o processo de envelhecimento, a que mais influência na qualidade de vida é a diminuição da musculatura esquelética. Diante disso, autores vêm destacando a importância de se avaliar a força muscular do idoso, intervindo no protocolo de tratamento, com o intuito de proporcionar melhora na qualidade de vida dos mesmos. Desta forma, esse estudo tem como objetivo avaliar se o estado nutricional tem relação com a qualidade de vida e se essa relação difere entre idosos que frequentam centros dia e idosos institucionalizados. Para análise do estado nutricional serão coletados dados antropométricos (peso, estatura, dobra cutânea tricipital, circunferência de braço, circunferência de panturrilha e circunferência de cintura) também será calculado o índice de massa corpórea (IMC). Além disso, será coletado a força de pressão palmar, aprovada pela American Society of Hands Therapists (ASHT), através de um dinamômetro. Para a qualidade de vida serão utilizadas duas escalas de avaliação, a de qualidade de vida (WHOQOL-OLD), em que escores altos representam uma alta qualidade de vida e escores baixos representam uma baixa qualidade de vida; e a escala de depressão geriátrica (GDS), na qual as respostas sugestivas de existência de depressão correspondem a 1 ponto, que serão contabilizados e classificados em uma de três categorias: sem depressão, depressão ligeira e depressão grave. Para auxiliar na análise dos dados quantitativos será utilizado o software BioEstat. Para avaliar a associação das variáveis 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 terá início após a apreciação e aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Marília - Unimar, bem como a anuência das secretarias que coordenam os centros dia e das diretorias dos institutos de longa permanência, que serão o alvo nesse estudo. Os idosos 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.

Palavras-chave: Composição corporal. Idosos. Nutrição. Qualidade de vida.

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

** Docentes da Universidade de Marília - UNIMAR

ESTÁGIOS DE PRONTIDÃO PARA MUDANÇA DE COMPORTAMENTO: UM OLHAR SOBRE PACIENTES EM PROCESSO DE REEDUCAÇÃO ALIMENTAR EM UMA CLÍNICA-ESCOLA

FERRARI, Bruna Thamiris Montolezzi*; DUARTE, Camila Ferreira*; GUERREIRO, Camila da Silva*; DETREGIACHI, Cláudia Rucco Penteadó**.

Reconhecendo a relação de maus hábitos alimentares com o prejuízo que isso acarreta a saúde, muitos indivíduos estão buscando pelo processo de reeducação alimentar, entretanto a mudança de hábitos não acontece rapidamente. Existem estágios para que mudanças de comportamento transcorram. Múltiplos estudos apontam que o Modelo Transteórico pode ser visto como uma ferramenta propícia de auxílio à compreensão da mudança comportamental pertinente a saúde. Conforme esse modelo, as modificações no comportamento sucedem por cinco estágios dessemelhantes: pré-contemplação, contemplação, decisão, ação e manutenção. Cada estágio retrata quando a mudança acontece e qual é seu nível de incitamento para realizá-la. Dessa forma, o objetivo desse estudo é identificar o estágio de prontidão para mudança de comportamento (EPMC) alimentar em que se encontram pacientes em processo de reeducação alimentar atendidos em uma clínica-escola, possibilitando verificar a adequação dos métodos utilizados nesse processo. Serão incluídos nessa pesquisa pacientes adultos, que estejam pelo menos na segunda consulta na clínica-escola de Nutrição da Universidade de Marília, ou seja, aqueles em que o processo de reeducação alimentar já tenha sido iniciado. Do prontuário serão coletados os dados de idade, sexo, diagnóstico nutricional, diagnóstico clínico, composição familiar e o motivo da procura pelo atendimento nutricional. Será também investigado o nível de escolaridade, a classificação da classe econômica social do paciente e será determinado o EPMC. A classe socioeconômica será determinada pelo novo critério Brasil proposto pela Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa. Para a determinação do EPMC será utilizado o questionário denominado *Stage of Change* (SOC) já traduzido e validade para uso na população brasileira. A partir do questionário SOC, o EPMC é determinado com base no escore médio obtido, sendo que valores entre 1 a 1,4 indicam estágio de pré-contemplação; entre 1,5 a 2,4 contemplação; entre 2,5 a 3,4 preparação; entre 3,5 a 4,4 ação; e entre 4,5 a 5 manutenção. A análise estatística dos dados quantitativos será realizada com apoio do programa BioEstat 5.0 e a probabilidade de significância considerada será 5% ($p \leq 0,05$) para as operações efetuadas. O estudo terá início somente após a autorização do local concedente e aprovação 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 de Saúde.

Palavras-chave: Comportamento. Conduta saudável. Hábitos alimentares. Mudanças.

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

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

DESENVOLVIMENTO E ANÁLISE DE ACEITAÇÃO DE UM HAMBÚRGUER VEGETARIANO ENRIQUECIDO COM PERESKIA ACULEATA

LOPES, Thalia Eduarda Soares* ; CARVALHO, Aline Sanchez* ; ORTIZ, Sanny Gomes* ; SAMPAIO, Vivian Caroline* ; MARCONATO, Mara Silvia Foratto**

O vegetarianismo pode ser classificado de acordo com as exceções relacionadas a alimentos de origem animal, podendo ser divididos em subgrupos como os ovolactovegetarianos, que mantêm o consumo de ovos, leite e derivados; os lactovegetarianos, que mantêm apenas o consumo de leite e derivados; os ovovegetarianos, que mantêm apenas o consumo de ovos; os vegetarianos estritos, que excluem todos os tipos de carne e derivados, ovos, leite e substitutos de sua alimentação. Os benefícios à saúde das dietas vegetarianas são reconhecidos, pois favorecem a manutenção de um peso corporal normal e reduzem os riscos de doenças crônicas, efeito atribuído ao alto consumo de frutas, vegetais, alimentos integrais e baixo consumo de gorduras saturadas. Por outro lado, uma das preocupações dos profissionais da área da saúde a respeito da dieta vegetariana é a ingestão proteica, principalmente em relação aos aminoácidos essenciais, já que a proteína de origem animal é uma das melhores fontes desses aminoácidos. Os nutrientes mais prejudicados podem ser: proteína, cálcio, ferro e zinco, bem como a vitamina B12; e os fatores antinutricionais encontrados em dietas vegetarianas podem ser o fitato e o oxalato, que são inibidores, sobretudo, de ferro não-heme, cálcio e zinco. Portanto, uma alimentação variada e enriquecida deve ser uma das estratégias para evitar as carências nutricionais que eventualmente possam ocorrer em indivíduos adeptos ao vegetarianismo. As Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC) podem servir como alimento e possuem potencial de diversificar e melhorar a qualidade nutricional alimentar, uma dessas plantas que se destaca nessa característica é a Ora-pro-nóbis. Assim, o objetivo do estudo é desenvolver um produto proteico e fonte de ferro de origem vegetal destinado ao público vegetariano e não vegetariano e testar a aceitação entre os grupos. A avaliação da análise sensorial de alimentos será por teste de aceitação do produto utilizando a Escala Hedônica (verbal estruturada) de 9 pontos e Escala Atitude (intenção de compra) de 5 pontos. Será apresentado junto o questionário referente aos seguintes aspectos: sabor, textura, aroma e aparência da preparação elaborada, assim como a probabilidade de compra do produto. O tratamento estatístico dos dados quantitativos será realizado com apoio do programa BioEstat 5.3 e a probabilidade de 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, bem como a anuência da coordenação do curso de biomedicina, educação física, enfermagem, farmácia, fisioterapia, medicina, nutrição, odontologia e psicologia, alvos nesse estudo. Os alunos 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.

Palavras-chave: Alunos. Benefícios. Deficiências. Questionário.

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

** Docente da Universidade de Marília – UNIMAR

PRODUTO DE ACUMULAÇÃO LIPÍDICA E SUA RELAÇÃO COM DOENÇAS CARDIOVASCULARES E OBESIDADE

GOMIDE, Beatrice Oliveira Cardoso^{*}; NINOMIYA, Daniele Kazumi^{*}; SANCHES, Layla Cristiny Neres^{*}; GUIMARÃES, Victória Marques^{*}; DETREGIACHI, Cláudia Rucco Penteadó^{**}; QUESADA, Karina^{***}.

A gordura visceral é um fator de risco importante para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares e metabólicas. Porém, como a medida da circunferência da cintura sozinha não distingue a gordura subcutânea da visceral, e os métodos padrão-ouro para avaliação da gordura visceral têm alto custo, o Produto de Acumulação Lipídica (LAP) tem sido proposto como marcador simples, barato e preciso para estimar o risco cardiovascular, a resistência insulínica e a mortalidade, ao combinarem parâmetros antropométricos e bioquímicos. Diante disso, o objetivo foi verificar a relação do Produto de Acumulação Lipídica (LAP) com parâmetros antropométricos, bioquímicos e resistência à insulina em adultos e idosos. Trata-se de um estudo transversal, retrospectivo realizado em um consultório particular de cardiologia na cidade de Marília/SP, no período de agosto de 2020 a setembro de 2020. A coleta de dados será realizada a partir de registros em prontuários de pacientes com idade acima de 20 anos, de ambos os sexos, com todas as variáveis necessárias ao estudo presentes no prontuário. Será observado um intervalo máximo de três meses entre os exames bioquímicos e os dados antropométricos. Para a realização do diagnóstico nutricional serão coletados peso e estatura e calculado o índice de massa corpórea (IMC), acrescidos da medida da circunferência da cintura (CC). Serão coletados os valores dos seguintes exames: glicemia de jejum, insulinemia (para cálculo do índice de Homa-IR), colesterol total, LDL-c, HDL-c e triglicerídeos. O cálculo do LAP será realizado por meio da fórmula, para mulheres (circunferência da cintura [cm]-58) × (triglicerídeos [mmol/L]), e homens (circunferência da cintura [cm]-65) × (triglicerídeos [mmol/L]). O tratamento estatístico dos dados quantitativos será realizado com apoio do programa BioEstat 5.3. Para avaliar a associação das variáveis estudadas serão utilizados testes estatísticos apropriados, dependendo da variância dos dados a serem analisados, sendo a probabilidade de significância considerada de 5% ($p \leq 0,05$) para as operações efetuadas. O presente estudo terá início após a apreciação e aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Marília - Unimar, de acordo com os requerimentos éticos e legais para pesquisa com seres humanos, conforme determina o Conselho Nacional da Saúde.

Palavras-chave: Adiposidade abdominal. Índice de massa corpórea. Obesidade central.

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

^{**} Docente 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

ASPECTOS AFETIVO E MICROBIOLÓGICO DE FORMULAÇÕES DE NUTRIÇÃO ENTERAL NO DOMICILIO

BONFIM, Eliara Beatriz Soriani^{*}; SPILA, Gabriela Ruiz^{*}; TARDIM, Milena Cristina Bonadio^{*}; SANTOS, Rafaela Bergamaschi dos^{*}; GENNARI, Carolina Delleo Ferracini^{**}; CORRÊA, Maria Elizabeth da Silva Hernandes^{***}; DETREGIACHI, Cláudia Rucco Penteadó^{****}.

A alimentação envolve vários aspectos, além de ser fonte de nutrientes ela abrange valores culturais, sociais, afetivos e sensoriais. Entretanto, há casos em que a alimentação convencional não é possível, não é suficiente ou não é desejável. Nesses casos, muitas vezes, faz-se necessário usar a terapia nutricional enteral (TNE) como meio de nutrir o indivíduo. Nutrição enteral (NE) é o alimento elaborado com propósito de ser utilizado em casos de TNE (por meio de sondas) ou por via oral, podendo ser uma formulação artesanal, semiartesanal ou industrial. Considerando que a TNE apresenta-se como uma forma diferente de alimentação, a proposta desse estudo baseia-se em conhecer o tipo de NE utilizada por pacientes com TNE no domicílio na cidade de Marília-SP, bem como avaliar seu preparo e qualidade microbiológica e a percepção do uso dessa forma de alimentação pelo paciente e ou familiar próximo. A amostra de estudo será composta por pacientes adultos ou idosos, moradores da cidade de Marília-SP, que receberem alta da Associação Beneficente Hospital Universitário (ABHU), da Universidade de Marília, com uso de TNE e que manterão essa via de alimentação no domicílio. Esses pacientes receberão a visita dos pesquisadores em seu domicílio, mediante prévia combinação por contato telefônico. Nessa visita, paciente e responsável no domicílio serão convidados a participar da pesquisa por meio da explicação dos objetivos da mesma e do envolvimento que ele terá caso aceite participar. Caso a resposta seja de aceite, o paciente ou o responsável no domicílio assinará um termo de consentimento livre e esclarecido. Em seguida se procederá a coleta de dados que constará da aplicação de um questionário para identificação do paciente, das doenças existentes e tipo de NE que faz uso e forma de preparo da mesma. Será ainda observada o preparo de um horário da NE e coletado uma amostra da mesma para análise microbiológica. Por fim será realizada a avaliação da percepção do uso da NE pelo paciente ou responsável no domicílio por meio de pesquisa qualitativa utilizando um roteiro de entrevista semi-estruturado. O presente estudo terá início somente após a apreciação e aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Marília-Unimar, bem como a anuência dos responsáveis da ABHU para o desenvolvimento da pesquisa.

Palavras-chave: Alimentação enteral. Análise microbiológica. Nutrientes. Visita domiciliar.

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

^{**} Nutricionista da Associação Beneficente Hospital universitário – ABHU

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

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

A PERSPECTIVA DA DIETA VEGETARIANA EM ADOLESCENTES: UM ESTUDO REALIZADO EM ACADÊMICOS DA UNIVERSIDADE DE MARÍLIA – SÃO PAULO

BLANCO, Gabriela Aparecida Resende*; MARTINS, Joice Domiciano*; DANIEL, Mariana Moreira*; MARCONATO, Mara Silvia Foratto**; ARRUDA, Camila Maria De**.

Pode-se afirmar que vegetariano é o indivíduo que em sua alimentação exclui todo tipo de carne, bem como seus derivados; porém, com relação a ovos e laticínios, podem ou não utiliza-los; sendo eles classificados conforme o consumo de subprodutos animais. O flexivegetariano, um tipo de semi-vegetariano que se torna adepto da dieta com objetivo específico - alcançar uma saúde melhor; ou seja, não aderem especificamente por seguir uma ideologia; já que em algumas refeições ele considera aceitável o consumo de carnes. No tocante a utilização da dieta vegetariana por crianças e adolescentes, a Sociedade Brasileira de Pediatria, através do Guia Prático de Atualização do Departamento Científico de Nutrologia do ano de 2017, informa que apesar de uma dieta vegetariana balanceada em crianças e adolescentes promover um crescimento e desenvolvimento adequado; por serem pessoas mais vulneráveis no desenvolvimento de deficiência de nutrientes, a mesma deve ser devidamente monitorada e, em grande parte das vezes, combinada com suplementos. Isto porque a dieta vegetariana, em geral, é carente de quantidade energética e proporção de gorduras saturadas por refeição, além de possuir um alto teor de vegetais, fibras e frutas. Ademais, o vegetarianismo, com a ausência do consumo de alimentos de origem animal e laticínios, ocasiona uma menor ingestão de vitamina B12, cálcio, ferro e zinco. Outro ponto a ser considerado na utilização da dieta vegetariana por adolescentes é que, na maioria das vezes, estes não são adeptos a um estilo de vida saudável, ou seja, fumam, fazem uso de drogas e álcool, bem como não possuem o hábito de praticar atividade física regularmente; e sua dieta não possui um nível equilibrado de fibras, vitaminas e minerais. Os adolescentes, apesar de terem o conhecimento da importância de uma dieta saudável, enfrentam muitas barreiras que acabam dificultando que a sigam; existindo fatores que contribuem para consumo irregular de refeições, comer em *fast-foods*, lanches em excesso ou até pular refeições, dentre outras. Tudo isso, pode-se afirmar, que deriva da diminuição da influência da família e o aumento daquela vinda dos pais, exposição a mídia, ausência de tempo para se alimentar em casa, com sua família, dentre outros. Tudo isso gera uma preocupação muito maior quanto aos hábitos alimentares dos adolescentes do que quanto a outros grupos etários. Assim, o objetivo do estudo é fazer um levantamento de vegetarianos existentes, verificar quais os tipos de vegetarianismo e os motivos dos quais adotaram este hábito alimentar. A técnica utilizada será a aplicação de um questionário acerca dos dados que serão coletados, depois esses dados serão colocados na forma de tabela e gráfico no programa Excel para que seja realizado um levantamento do número de vegetarianos e dos tipos existentes, e comparação das principais razões que levaram esses adolescentes a mudança de seus hábitos. A população dessa pesquisa será composta por acadêmicos adolescentes entre 17 e 18 anos e 11 meses dos cursos da área da saúde de uma Universidade particular, situada no interior de São Paulo.

Palavras-chave: Dieta vegetariana. Estilo de vida. Hábitos alimentares.

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

** Docente da Universidade de Marília – UNIMAR

Sessão de comunicações

Apresentação E-Pôster

EFEITOS DA INGESTÃO DE AMINOÁCIDOS DE FORMA ISOLADA NO AUMENTO DA SÍNTESE PROTEICA E NO DESEMPENHO NO EXERCÍCIO RESISTIDO

CAMPOS, Marcus Vinicius Lelis^{*}; SILVA, Leonardo Cipola da^{*}; MARCONATO, Mara Silva Foratto^{**}; DETREGIACHI, Cláudia Rucco Penteado^{***}.

Em indivíduos saudáveis e com apropriada mobilidade, as proteínas do músculo esquelético são mantidas por um equilíbrio dinâmico entre degradação e síntese de novas proteínas. Em um estado de jejum (pós-absortivo), a degradação excede a síntese levando a perda líquida de proteínas. Porém, no estado pós-prandial, a síntese excede a degradação, pois com a ingestão de macronutrientes, como proteínas e carboidratos, a síntese de proteína muscular é estimulada pelo aumento da liberação de insulina, suprimindo, assim, a degradação. Portanto, a hipertrofia muscular só acontece quando o balanço líquido de proteínas for positivo (quando a síntese de proteína muscular exceder sua degradação). Neste cenário, a suplementação com aminoácidos de maneira de isolada tem sido estudada como forma de estimular as vias de síntese proteica e consequente melhora do desempenho esportivo tanto por atletas de cunho esportivo quanto por recreacionais. Nesse contexto, este estudo teve como objetivo analisar os potenciais efeitos dos aminoácidos de cadeia ramificada (BCAA) (leucina, arginina e glutamina) no aumento da síntese proteica e no aumento do desempenho em exercícios de força resistida. Para tanto, foi realizado um levantamento bibliográfico na base de dados do Centro Latino-Americano e do Caribe de Informação em Ciências da Saúde (Bireme). Foram utilizadas os descritores “proteína” e “exercício resistido”, associados pelo operador booleano “and”. Foram resgatados oito artigos, dos quais cinco foram descartados pois não respondiam à pergunta da pesquisa. Também foi utilizado as palavras chave: “whey” e “leucina”, quando foram resgatados 27 artigos e somente um foi utilizado. Os artigos selecionados apontaram que os BCAA (leucina, isoleucina e valina) não se mostram, por si só, eficientes na melhora da síntese de proteínas musculares mais do que o consumo de proteínas completas e de alta qualidade, contendo toda a gama de aminoácidos essenciais. Porém, esses se mostraram eficientes juntamente com a ingestão de proteínas, prolongando e maximizando a síntese proteica muscular devido a maior sensibilidade do tecido muscular após o exercício resistido. A suplementação com leucina de maneira isolada melhorou a composição corporal mais do que no grupo placebo e grupo do Whey em indivíduos jovens treinados. Em relação a glutamina, estudo apontou que suplementação foi capaz de otimizar o efeito hipertrófico promovido pelo exercício. A L-arginina também mostrou eficiência na melhora do desempenho físico, porém em avaliações feitas em ratos diminuiu o impacto inflamatório do tecido muscular esquelético após o exercício e induziu o aumento de fatores regenerativos promovendo um período de recuperação em menor tempo. Muitas variáveis estão envolvidas nas vias de sinalização proteica o que dificulta a formulação de estudos comprobatórios da suplementação destes aminoácidos. Por base, temos estudos do uso destes na melhora da recuperação e desempenho físico realizados em animais, o que contribui para um avanço de pesquisas em humanos. Porém, com base nas evidências coletadas em humanos, ainda restam fatos para comprovar a utilização de aminoácidos de forma isolada para aumento de síntese proteica e consequente melhora do desempenho físico.

Palavras-chave: Arginina. Aminoácidos de Cadeia Ramificada. Glutamina. Leucina. Suplementos Nutricionais.

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

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

^{***} Docente da Universidade de Marília/UNIMAR. Docente do Programa de Mestrado Interdisciplinar em Interações Estruturais e Funcional na Reabilitação - UNIMAR

O PAPEL DA NUTRIÇÃO NO CONTROLE DA ANSIEDADE

FERRARI, Bruna Thamiris Montolezzi*; GUERREIRO, Camila da Silva*; MARCONATO, Mara Silvia Foratto** ; DETREGIACHI, Cláudia Rucco Penteadó***.

Segundo a Organização Mundial da Saúde, a ansiedade é um dos transtornos psiquiátricos mais frequentes. O transtorno de ansiedade generalizada (TAG) é determinado pelo desossesgo recorrente e apreensão intensa sobre os acontecimentos do dia a dia. É uma desordem prevalente e que torna o indivíduo incapacitado, causando fatores de risco para anorexia e obesidade. O transtorno de ansiedade abrange duas vezes mais indivíduos do sexo feminino do que do masculino. A Sociedade Internacional de Pesquisa em Psiquiatria Nutricional expôs que a nutrição deve ser considerada como elemento fundamental da prática psiquiátrica. O objetivo desse estudo foi realizar um levantamento bibliográfico para identificar os alimentos ou nutrientes que podem contribuir para o tratamento do TAG. Foi realizada pesquisa bibliográfica exploratória em três bases de dados: PubMed, Centro Latino-Americano e do Caribe de Informação em Ciências da Saúde (Bireme) e Scientific Electronic Library Online (SciELO). Foram utilizados os seguintes termos como critério de seleção dos estudos: “*anxiety*” / “ansiedade”, “*food*” / “alimentos” e “*nutrients*” / “nutrientes”, coordenados pelo operador booleano “*and*”. Na Bireme foram encontrados sete estudos e no PubMed 14, enquanto que nada foi resgatado do levantamento na SciELO. Os artigos foram primeiramente selecionados pelos seus títulos, seguida da leitura dos seus resumos em busca de respostas para a pergunta da pesquisa: “Quais os alimentos/nutrientes podem ser utilizados no controle da ansiedade?”. Assim, foram selecionados quatro estudos do PubMed e nove estudos da Bireme, todos publicados entre os anos de 2015 e 2020, nos quais os alimentos e nutrientes foram indicados para o tratamento ou controle da ansiedade. Os outros artigos foram descartados pois não respondiam à pergunta dessa revisão bibliográfica. Mediante ao exposto, foi possível identificar que apesar de haver uma carência de estudos que relacionam os alimentos e nutrientes com o TAG de modo a auxiliar nos sintomas e na prevenção, há uma crescente nas pesquisas que associam esses aspectos. Assim, é evidenciado como benefício o consumo de frutas e vegetais para prevenção e controle dos sintomas; uma dieta rica em zinco, magnésio, cobre, ferro e manganês que demonstram efeitos ansiolíticos e diminuem efeitos colaterais de medicamentos; e especificamente para homens, o consumo de leguminosas e nozes. A suplementação de vitamina D eleva os níveis de serotonina e diminui as concentrações de neopterina, auxiliando nos sintomas do TAG. A suplementação de ômega 3 e de probióticos também desempenha um papel importante no controle dos sintomas. Podemos então concluir que mesmo com poucos estudos, se faz necessário uma alimentação equilibrada, saudável e completa, sendo fundamental mais pesquisas na comunidade científica para não haver tantas incompatibilidades de informações.

Palavras chave: Ansiedade. Micronutrientes. Suplementos nutricionais.

* Acadêmica de Nutrição na Universidade de Marília/UNIMAR

** Docente do curso de Nutrição na Universidade de Marília/UNIMAR

*** Docente da Universidade de Marília/UNIMAR. Docente do Programa de Mestrado Interdisciplinar em Interações Estruturais e Funcional na Reabilitação - UNIMAR

ALIMENTOS NO AUXÍLIO DO TRATAMENTO DA DEPRESSÃO

FERRARI, Bruna Thamiris Montolezzi^{*}; DUARTE, Camila Ferreira^{*}; MARTINS, Joyce Domiciano^{*}; MARCONATO, Mara Silvia Foratto^{**}; DETREGIACHI, Cláudia Rucco Penteadó^{***}.

Conceituada como uma das condições psicológicas mais comuns, a depressão é uma doença crônica mental que ocasiona modificações no comportamento, saúde física e pensamentos de um indivíduo. Foi estimada pela Organização Mundial da Saúde como a segunda causa de morbidade ao redor do mundo, com manifestações que incluem alterações no apetite e peso. A associação entre a alimentação e nutrientes específicos junto a prevenção da doença tem sido muito estudada, posto que essa é determinada por alterações no estilo de vida envolvendo os hábitos alimentares. O objetivo do estudo foi realizar um levantamento bibliográfico para evidenciar quais alimentos podem ser usados como coadjuvantes no tratamento da depressão. Foi realizada pesquisa bibliográfica básica e exploratória em duas bases de dados: *The Scientific Electronic Library Online* (SciELO) e Centro Latino-Americano e do Caribe de Informação em Ciências da Saúde (Bireme). Para os critérios de seleção, foram utilizados os descritores “*depression*” / “depressão”, “*alimentos*” / “*food*” e “*nutrition*” / “nutrição”, interligados pelo operador booleano “*and*”. Na SciELO foram encontrados cinco artigos e na Bireme 12. As publicações foram pré selecionadas pelos títulos, acompanhada da leitura dos resumos em busca de resposta para a pergunta da pesquisa: “Quais os alimentos podem ser utilizados no auxílio do tratamento da depressão?” Aqueles que possuíam resposta para tal pergunta, foram utilizados nessa pesquisa, sendo três estudos da base de dados SciELO e 11 da Bireme, todos publicados entre os anos de 2009 e 2020. Os demais estudos foram descartados por não responderem à pergunta da pesquisa. Após análise dos artigos utilizados, pode-se observar que uma alimentação saudável, equilibrada e completa, rica em vitaminas e minerais, com alimentos naturais e antioxidantes contribui para o quadro de depressão, melhorando seus sintomas clínicos. Já uma dieta rica em alimentos processados e ultraprocessados, com elevado teor de carboidratos e açúcares, aumenta o risco de depressão e intensifica seus sintomas. Dentre os estudos, é importante salientar alguns resultados, tais como a ingestão de alimentos com teor considerável de vitaminas K, folato e B12 que diminuem os sintomas da depressão; a suplementação de ômega 3 que está associada a menores chances de depressão e o uso de probióticos que mostrou-se útil no controle dessa doença por favorecerem a proliferação de bactérias benéficas na microbiota intestinal, evitando a disbiose, a qual atua de forma negativa no controle dessa doença. No geral, conclui-se que há uma relevância da nutrição na prevenção e tratamento da depressão, ainda que não se descarte a necessidade de mais estudos sobre essa relação.

Palavras chave: Alimentos. Depressão. Nutrientes.

* Acadêmica do curso de Nutrição da Universidade de Marília - UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília – UNIMAR.

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

DESENVOLVIMENTO E IMPLEMENTAÇÃO DE FICHAS TÉCNICAS EM UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO (UAN) HOSPITALAR

SANTANA, Gabriela Silva* ; MILLER, Tânia Corrêa**.

A Ficha Técnica de Preparo é um instrumento que apoia o processo de gerenciamento em uma UAN. Nela são registrados custos, modo de preparo e o cálculo do valor nutricional das preparações. Ajuda na padronização das preparações. Além de controlar e reduzir os desperdícios de alimentos, preparando refeições com base na porção por pessoa e no total de refeições por dia. Abre ideias também para a sustentabilidade, preparando receitas com cascas de frutas e verduras para que não sejam desperdiçados, diminuindo a produção de lixo dentro da unidade. Em muitas UANs onde a jornada de trabalho é 12x36, a aplicabilidade de fichas técnicas não é rotineira, fazendo com que o trabalho não fique padronizado, gerando desperdícios e custos para a UAN, pois uma única receita, desde um arroz até uma lasanha, podem ser preparadas diferentes devido a rotatividade de funcionários, podendo influenciar no sabor, na aparência e até no custo final da preparação, além de gerar desperdícios e custos para a unidade. O objetivo principal deste projeto foi desenvolver e implementar fichas técnicas de preparação em uma UAN hospitalar. Foi criada uma ficha técnica padrão para uma UAN de um hospital do centro-oeste paulista contendo as principais informações: nome da preparação, aplicabilidade, ingredientes, peso bruto e líquido, fator de correção dos alimentos, custo de cada ingrediente e o valor nutricional de cada ingrediente. Após, foi feito o *per capita* e o rendimento. O custo e o valor nutricional da preparação também foram adicionado e, em seguida, o modo de preparo do prato. Espera-se que possa haver uma padronização das preparações alimentares nos dois plantões de trabalho da unidade. É importante para que ocorra a diminuição do desperdício e custo das preparações. Além disso, otimiza o tempo das cozinheiras e auxiliares, pois a ficha técnica é uma ótima ferramenta para apoiar no momento de preparações das refeições. É de grande importância a implementação de Fichas Técnicas em uma Unidade de Alimentação e Nutrição, pois, por intermédio das mesmas, pode-se trazer benefícios para a Unidade, como: melhor planejamento na aquisição de produtos alimentícios, análise dos custos de cada preparação, análise da composição nutricional de cada preparação, buscando sempre manter a boa qualidade nutricional, estabelecer padronização no momento da preparação. Padroniza também o sabor, o rendimento e os valores nutricionais de cada preparação. Permite, também, a análise de pontos negativos, como o desperdício e erros na manipulação dos alimentos. Além disso, possibilita a redução de custos, evitando a falta ou a sobra de ingredientes para a preparação. Permite também analisar quais preparações são menos custosas para a unidade.

Palavras - Chave: Ficha Técnica. Padronização. Unidade de Alimentação e Nutrição.

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

** Docente da Universidade de Marília – UNIMAR

SEPARAÇÃO E DESTINO DE LIXO RECICLÁVEL DE UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO (UAN) HOSPITALAR

SANTANA, Gabriela Silva* ; MILLER, Tânia Corrêa**.

No Brasil, em 2017, 6,9 milhões de toneladas de resíduos sólidos não tiveram destino próprio, causando danos à saúde de milhões de pessoas e afetando o meio ambiente. É necessário ter maior controle com a geração de resíduos recicláveis, pois, se descartados inadequadamente, prejudica o solo, o ar e a água, causando grande impactos no meio ambiente, tanto para a população, quanto para animais e vegetais. Em uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) de um hospital, foi observado que não há separação entre resíduos orgânicos e resíduos sólidos sendo, este último, de produção em quantidades significativas entre os diversos resíduos. Diante disso, o objetivo deste trabalho é reduzir o descarte de plástico em uma UAN hospitalar. Este hospital se situa em uma cidade do interior de São Paulo e foi verificado se a prefeitura da mesma faz coleta seletiva de resíduos recicláveis, como também será pesquisado se há empresas de Reciclagem na cidade e analisar benefícios da separação do lixo produzido na UAN. Após isso, será solicitado para a diretoria do hospital providenciar lixeiras para o depósito de plásticos, como também fixar informações em lugares acessíveis e de fácil visualização sobre o descarte correto de plásticos. Será realizado um treinamento como os colaboradores da UAN do hospital. Como resultado parcial temos que a prefeitura não possui nenhum tipo de coleta seletiva, mas já havia uma petição de uma ONG, solicitando a implantação de um sistema de coleta seletiva no município. Porém, existem empresas particulares, localizadas no município, que fazem coletas seletivas e reciclagem. O próximo passo deste trabalho, será um treinamento dos colaboradores da UAN desse hospital sobre o descarte correto do lixo e sobre sustentabilidade, criando ações, motivando e capacitando os colaboradores para que ocorra a redução do descarte inadequado de resíduos recicláveis, separando-os corretamente para que possa haver a coleta seletiva.

Palavras - Chave: Coleta seletiva. Reciclagem. Unidade de Alimentação e Nutrição.

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

** Docente da Universidade de Marília – UNIMAR

FEEDBACK DOS CLIENTES DE UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO (UAN)

SPILA, Gabriela Ruiz* ; MILLER, Tânia Corrêa**

A alimentação envolve vários aspectos, além de ser fonte de nutrientes ela abrange valores culturais, sociais, afetivos e sensoriais. As pessoas, diferentemente dos demais seres vivos, não buscam com a alimentação apenas suprir as suas necessidades orgânicas de nutrientes, elas buscam satisfação/prazer com cheiro, cor, textura e sabor. Portanto, o alimento como fonte de prazer e identidade cultural e familiar também é uma abordagem importante para promover a saúde por meio da alimentação. Assim, uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) deve se preocupar com todos estes aspectos, tanto com o bem estar do cliente como o sabor, as condições higiênico-sanitárias, a textura e apresentação dos alimentos. As Unidades de Alimentação e Nutrição (UANs) são responsáveis por oferecer esta alimentação, que deve ser nutricionalmente equilibrada, dentro dos padrões higiênico-sanitários, além de contribuir para recuperação ou preservação da saúde e estimular a adoção de hábitos alimentares saudáveis e adequados. Dessa forma é muito importante o feedback dos clientes de uma UAN, para que seja possível avaliar como está sendo entregue este serviço, sendo a contribuição dos clientes essencial para que haja melhorias. Portanto, a avaliação do feedback dos clientes se faz importante para o bom funcionamento da UAN, para uma melhoria eficiente. O objetivo do trabalho foi aumentar a participação na pesquisa de satisfação de clientes de uma UAN em relação ao serviço prestado. Para aumentar a participação dos clientes, o totem que antes era posicionado perto da devolução de bandejas, foi colocado mais próximo à catraca de saída, também foi incentivada de forma informal, pedindo aos mesmos que fizessem sua votação, além de cartazes com o QR code para votação no celular de modo a facilitar a pesquisa. Para a avaliação dos resultados serão consideradas a quantidade de participação dos clientes antes da execução das ações e a quantidade após a realização das mesmas. Os dados serão tabulados no programa Excel® e a análise será descritiva. Ainda não foram obtidos os resultados conclusivos, mas foi percebido que a presença de um totem não era suficiente para a participação dos clientes, já que este já existia na área de consumação e a participação não era satisfatória.

Palavras – chave: Alimentação coletiva. Pesquisa de satisfação. Serviço de Alimentação.

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

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

COMPARAÇÃO ENTRE OS DIFERENTES MÉTODOS DE INTRODUÇÃO ALIMENTAR: BLW (BABY LED WEANING), O TRADICIONAL E BLISS (BABY-LED INTRODUCTION TO SOLIDS)

NINOMIYA, Daniele Kazumi*; SILVA, Larissa Oliveira Soares*; MOLARI, Natália Taveira*; ARRUDA, Camila Maria de**.

A fase que compreende a descontinuidade do aleitamento materno exclusivo e o início da alimentação complementar é repleta de inúmeros questionamentos. A Organização Mundial da Saúde (OMS) preconiza o aleitamento materno exclusivo às crianças com até seis meses de idade, sem que haja ofertas de água, chás ou quaisquer alimentos. A OMS recomenda que a alimentação complementar deva iniciar aos seis meses com pequenas quantidades de alimentos e aumente, gradativamente, à medida que a criança cresce. A consistência deve ser adaptada às suas necessidades e habilidades. O método *baby-led weaning* (BLW) sugere que bebês a partir do sexto mês têm capacidade motora para guiarem a própria ingestão, e, por isso, os que exibem crescimento e desenvolvimento adequados são aptos a iniciarem o consumo de alimentos em pedaços, sendo desnecessárias alterações substanciais de consistência esse método oferece oportunidades para as crianças escolherem: os momentos em que as refeições serão iniciadas; o que será consumido, entre as opções saudáveis ofertadas pelos indivíduos cuidadores; o ritmo em que as refeições serão realizadas e a quantidade que será ingerida em cada uma das refeições. Em resumo, o método BLISS é uma versão adaptada do método BLW e significa introdução de Sólidos Guiada pelo Bebê. Pelo fato do BLW ter como ideia básica o bebê aprender a ter certa independência ao se alimentar conforme a sua vontade e interesse, existe o risco dele ingerir/consumir pouco ferro, que é uma das preocupações do método BLISS. Também, o método procura diminuir um possível déficit de crescimento por causa de uma alimentação com baixo aporte energético. E por fim, reduzir o risco de engasgo por meio de uma orientação mais completa que o BLW. Comparar os diferentes métodos de introdução alimentar através de uma revisão de literatura. Foi realizado uma revisão da literatura acerca de diferentes métodos de introdução alimentar, sendo esses métodos o BLW, tradicional e o BLISS. Para tanto, serão utilizadas as seguintes bases de dados eletrônicas: PubMed, Library Online (SciELO) e BVS, utilizando nessas fontes as seguintes palavras-chave: BLW, alimentação complementar, BLISS, introdução alimentar. Segundo os estudos levantados pela revisão bibliográfica usando estas palavras-chave: BLW, alimentação complementar, BLISS, introdução alimentar. Foi observado que o método de introdução alimentar mais eficaz é o BLISS, pois em comparação com os outros oferece maior qualidade nutricional da dieta e menor risco de engasgo. Entre os métodos da pesquisa todos apresentam pontos positivos e negativos onde os nutricionistas devem pontuar aos pais e/ou responsáveis para que eles sigam o método que mais se encaixa desde que não falte nenhum nutriente para o crescimento saudável da criança

Palavras-Chaves: Alimentação Complementar. Baby led-weaning. Introdução Alimentar. Baby-Led Introduction to SolidS.

* Graduandas do curso de nutrição da universidade de Marília - UNIMAR.

** Docente do Curso de Nutrição da Universidade de Marília (UNIMAR) e Centro Universitário de Adamantina UNIFAI

BENEFÍCIOS DO SUCO DE BETERRABA PARA O EXERCÍCIO FÍSICO

MOSQUINI Bárbara Marcon^{*}; GOMIDE Beatrice Oliveira Cardoso^{*}; MARCONATO Mara Silvia Foratto^{**}; DETREGIACHI Cláudia Rucco Penteadó^{***}.

O suco de beterraba é uma alta fonte de nitrato (NO_3^-) que foi proposta para aumentar a disponibilidade de óxido nítrico (ON), uma molécula potente de sinalização que pode aumentar a vasodilatação, respiração mitocondrial ou captação de glicose, entre outros fatores relacionados ao desempenho no exercício. Estudos mostram que os participantes que usam suplementação de beterraba apresentam uma maior saturação de oxigênio em seus músculos do que seus colegas durante o exercício, o que limita o acúmulo de metabólitos relacionados à fadiga e aumenta o tempo até a exaustão. Assim, diante disso, o objetivo deste estudo foi realizar um levantamento bibliográfico com o objetivo de explorar os benefícios do suco de beterraba no exercício físico. Foi feito um levantamento bibliográfico nas bases de dados Bireme, Scielo e Pubmed, levantando artigos que respondiam à pergunta da pesquisa: “Quais os benefícios do suco de beterraba para exercícios físico?”. Foram usados os descritores “beterraba/ *beet*” e “exercício/*exercise*”, coordenados pelo operador booleano “*and*”. Na base de dados Scielo não foi resgatado nenhum artigo, enquanto que na Bireme foram resgatados 20 e no Pubmed dez artigos. Dezesesseis artigos da Bireme e quatro do Pubmed, respectivamente, foram descartados por não responderem à pergunta da pesquisa. Três artigos estavam repetidos nas duas bases de dados. Sendo assim, foram utilizados nesse estudo dez artigos, dos quais foi realizada a leitura do resumo em busca da resposta à pergunta da pesquisa. Entre os dez estudos, oito deles indicavam que a suplementação com suco de beterraba é benéfica para o desempenho de atletas. Nos outros dois não tiveram resultados relevantes em exercícios contrarrelógio. Atrelado a isso, tal suplementação mostra-se mais eficiente em exercícios de endurance e/ou exercícios aeróbicos de rápida aceleração.

Palavras-chave: Performance. Óxido nítrico. Vasodilatação.

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

** Docente da Universidade de Marília – UNIMAR.

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

PESQUISA DE SATISFAÇÃO DE CLIENTES EM UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO (UAN)

DECANINI, Isabela Martins*; BEZERRA, Talita Márcia Dutra*; MILLER, Tânia Corrêa**

A Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) é uma unidade de trabalho ou órgão de uma empresa, que tem por finalidade desempenhar atividades relacionadas à alimentação e nutrição. A UAN é responsável por fornecer alimentos com boas qualidades nutricionais, sensoriais e higiênico-sanitárias. Com isso, a relação entre satisfação e alimentação não se refere apenas à qualidade do alimento, mas ao aspecto visual das dependências, preparações, atendimento, dentre outros. Os clientes constituem-se peças importantes neste contexto, uma vez que apresentam elementos essenciais de obtenção de sucesso. Diante disso, o objetivo dessa pesquisa foi conhecer a satisfação dos clientes de uma UAN em relação ao serviço prestado. A UAN era uma prestadora de serviços de alimentação localizada em uma indústria no interior de São Paulo e fornecia duas opções de distribuição para os seus clientes: self-service e empratado. O self-service correspondia ao maior número de refeições oferecidas (em torno de 260 refeições). Já o empratado era escolhido pela minoria (em torno de 20 refeições), representando uma média de 280 refeições diárias. Com isso, foram distribuídas fichas de avaliação aos clientes para que conhecer o nível de satisfação dos mesmos. Os critérios escolhidos foram: qualidade da alimentação, atendimento e higiene. A qualidade de alimentação foi dividida em quatro segmentos: sabor do alimento, variedade do cardápio, temperatura dos alimentos e apresentação dos alimentos. O atendimento foi dividido em três segmentos: cortesia da equipe, solução de problemas e agilidade da resposta. A higiene também foi dividida em três segmentos: alimentos, ambiente e profissionais. Esses segmentos poderiam ser avaliados em ótimo, bom, regular ou ruim. Havia a possibilidade de deixar sugestões ao final da ficha de avaliação. O resultado da pesquisa foi satisfatório, uma vez que a satisfação foi de 98%, estando acima de 80% que é o mínimo que a empresa deve cumprir. Com isso, conclui-se que apesar do serviço ter sido classificado como ótimo nos três critérios com resultados acima de 80%, é fundamental que a UAN busque a excelência e tente melhorar ainda mais a avaliação.

Palavras-chave: Aceitabilidade. Alimentação Coletiva. Serviço de Alimentação.

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

** Docente da Universidade de Marília – UNIMAR.

ALIMENTOS FUNCIONAIS: CONHECIMENTO DE CLIENTES DE UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO (UAN)

GUIMARÃES, Victória Marques* ; SANCHES, Layla Cristiny Neres* ; MILLER, Tânia Corrêa**.

Os alimentos funcionais ou nutracêuticos são aqueles que, além da função de nutrir, tem como características preservar a saúde e reduzir o risco de doenças. O objetivo desta pesquisa será avaliar o conhecimento dos clientes de uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) em relação aos alimentos funcionais. A UAN é prestadora de serviços de alimentação em uma indústria alimentícia de uma cidade do interior de São Paulo. Pretende-se saber se os clientes conhecem determinados alimentos funcionais, os seus benefícios e como eles podem contribuir à saúde a curto e a longo prazo. O tema escolhido se deve ao fato de que os alimentos funcionais são pouco presente no cardápio da UAN, que fornece eventualmente preparações onde são adicionados esses alimentos, devido ao custo e pela falta de hábito dos clientes. Foram escolhidos alimentos funcionais e alguns produtos fabricados pela própria indústria alimentícia para que os clientes conheçam a sua composição e os ingredientes benéficos à saúde. Esses alimentos serão expostos a todos os colaboradores durante a distribuição do almoço e aqueles que tiverem interesse receberão explicações detalhadas sobre qual a função, valor nutricional, formas de consumo e como esses alimentos agem no organismo, além de seus benefícios. Em seguida, será aplicado um questionário em que os colaboradores responderão voluntariamente. Será realizada uma avaliação do conhecimento adquirido e quais as suas preferências de consumo, além de, a partir deste, conhecer os hábitos alimentares dos clientes desta UAN, para servir de base para a elaboração do cardápio com os alimentos mais aceitáveis e benéficos à saúde.

Palavras-chave: Consumo alimentar. Hábitos saudáveis. Valor nutricional.

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

** Docente da Universidade de Marília – UNIMAR

AValiação Nutricional do Paciente com a COVID-19

FERREIRA, Giulia Maria Boaro* ; ARRUDA, Camila Maria de** .

A Covid-19 é uma doença infecciosa causada pelo novo coronavírus (SARS-CoV-2), relatam que o SARS-CoV-2 pode causar de uma infecção assintomática a quadros respiratórios graves, esses necessitam de terapia intensiva. A transmissão ocorre por meio de contato físico, gotículas de saliva e objetos ou superfícies contaminadas. Comprovado que a idade avançada e a presença de comorbidades, que geralmente estão associadas ao estado nutricional, acentua ainda mais o risco de contrair essa doença infecciosa e também, dificultam a melhora do quadro clínico do paciente. Devido a isso a importância da avaliação e intervenção nutricional nesses pacientes, já que o bom estado nutricional age positivamente nas chances de sobrevivência e prognósticos da doença. Como esses pacientes podem apresentar ageusia e anosmia, perda do paladar e olfato, o que contribui para a diminuição da ingestão de alimentos, e também podem apresentar sintomas como náuseas, vômito e diarreia que prejudicam também a ingestão e absorção de nutrientes. É recomendado que o nutricionista realize a avaliação do risco nutricional nas primeiras 48 horas que o paciente admite a unidade hospitalar, caso não apresente risco nutricional reavaliar a cada 48 horas, caso apresente risco nutricional o nutricionista deve iniciar a terapia nutricional de acordo com o nível da doença, ou seja, iniciar com terapia nutricional oral, caso não tenha boa aceitação ou o paciente estiver em estado grave considerar a indicação de terapia nutricional enteral ou parenteral. Embora os dados ainda sejam escassos sobre as recomendações nutricionais nesses pacientes com a Covid-19, o profissional nutricionista deve iniciar o mais rápido possível a terapia nutricional nesses pacientes hospitalizados a fim de minimizar os prejuízos nutricionais e melhorar o prognóstico da doença. Identificar através de uma revisão bibliográfica a avaliação nutricional recomendada para pacientes com a Covid-19. Para a pesquisa bibliográfica será utilizado as bases de dados pub-med Scielo e Ministério da Saúde.

Palavra Chave: Covid-19. Estado nutricional. Avaliação nutricional.

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

** Docente da Universidade de Marília – UNIMAR.

UM NOVO INSTRUMENTO DE AVALIAÇÃO DE QUALIDADE DE VIDA EM DIABÉTICOS TIPO 1

ALTRAN, Bruna Rezek Andery^{*}; SALLES, Marina Lancaster de Moraes^{**}; HABER, Jesselina Francisco dos Santos^{***}; DETREGIACHI, Cláudia Rucco Penteadó^{****}

O diagnóstico de diabetes mellitus (DM) está associado a modificações no cotidiano do paciente, especialmente em diabéticos tipo 1 (DM1). O tratamento e monitorização intensiva, bem como o medo de complicações e de hipoglicemia podem interferir na qualidade de vida (QV) do seu portador. O mais recente questionário proposto é o ViDa1, publicado e validado na Espanha em 2017 para medir a QV relacionada à saúde (QVRS) de pessoas com DM1. Assim, uma dissertação de mestrado propôs realizar a tradução e adaptação transcultural do questionário Vida1 para o idioma português (Brasil) e verificar as propriedades psicométricas do instrumento adaptado para o Brasil. O atual documento científico tem como objetivo apresentar o resultado de uma parte desse estudo, a qual se refere ao pré-teste do questionário já traduzido e adaptado. Trata-se de um estudo transversal, primário, quali e quantitativo, investigativo e analítico, realizado na cidade de Marília – São Paulo – Brasil. O presente estudo foi apreciado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Marília e obteve aprovação sob parecer número 3.194.063. O estudo foi autorizado pela autora correspondente do questionário ViDa1. A metodologia constou de quatro etapas. A primeira consistiu em duas traduções do instrumento original em espanhol para o português (Brasil), feita por tradutores de língua pátria portuguesa, gerando assim duas versões (T1 e T2). Na segunda etapa, as versões T1 e T2 foram analisadas por um grupo de profissionais com vivência junto a portadores de diabetes, com objetivo de verificar a adequação dos termos empregados, e obteve-se uma única versão preliminar em português (V1). A terceira etapa consistiu na retrotradução da V1 por um tradutor com língua pátria espanhol, gerando uma versão novamente no idioma espanhol da tradução conciliada. Na quarta etapa, a V1 retrotraduzida foi encaminhada à autora correspondente do ViDa1, com o intuito de verificar a equivalência semântica, idiomática e conceitual entre o instrumento original e o retrotraduzido. Finalizado o processo, obteve-se a versão em português (Brasil) do ViDa1, a qual passou por um teste preliminar, com o objetivo de verificar a clareza do instrumento. Participaram do pré-teste seis portadores de DM1 há no mínimo seis meses, com idade maior ou igual a 14 anos e que não apresentavam nenhum dos aspectos incluídos nos critérios de exclusão desse estudo. Dentre os participantes, 67% (n=4) eram mulheres e a média de idade foi de 35,2±16,5 anos (mínimo: 20 anos e máximo: 65 anos). Esses classificaram o questionário como de fácil compreensão (média de 99%±1%), sem dificuldade em responder às questões do instrumento, independente da sua escolaridade. Sua aplicação, que foi na forma de autopreenchimento, levou entre cinco e dez minutos. Esses resultados mostraram que a versão da tradução e adaptação transcultural, estava adequada e passível dos pesquisadores procederem a etapa seguinte de validação do instrumento.

Palavras-chave: Diabetes. Saúde. Tratamento.

^{*} Aluna do Programa de Mestrado Interdisciplinar em Interações Estruturais e Funcional na Reabilitação - UNIMAR.

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

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

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

HIPERGLICEMIA EM PACIENTES CRÍTICOS E FATORES QUE CONTRIBUEM PARA ESSA ALTERAÇÃO

AZEVEDO, Ana Julia de^{*}; MARTINS, Maria Vitória dos Santos^{*}; VILAS BOAS, Namie Sophia Tahara^{*}; QUESADA, Karina^{**}.

A hiperglicemia ocorre com frequência nos pacientes críticos e está relacionada a complicações clínicas e pior evolução do paciente crítico. Devido a isso o controle glicêmico é de extrema importância na rotina dos cuidados desse paciente. Verificou-se que em pacientes críticos o melhor manejo da glicemia é mantê-la entre 110 a 150 mg/dL e evitar que ultrapasse 180 mg/dL. O objetivo dessa pesquisa é descrever os riscos da hiperglicemia em pacientes críticos e levantar os fatores que contribuem para tal alteração, através de uma revisão da literatura. Esse trabalho trata-se de uma revisão de literatura de 14 artigos, realizada por meio da busca, consultados nas bases de dados Bireme, Scielo, PubMed, MedLine, em português e inglês, publicados nos últimos dez anos. Foram selecionados 14 estudos relacionados ao tema. Foi observada associação significativa da hiperglicemia com a idade, quanto maior a idade, maior o risco de aumento dos níveis glicêmicos, tempo de internação acima de dois dias, diabetes pré-existente, uso de insulina, maior tempo de ventilação mecânica, terapia nutricional e evolução crítica das doenças. A mortalidade esteve presente em grande parte dos pacientes com hiperglicemia enquanto aqueles que mantiveram a glicemia na normalidade tiveram melhora significativa do quadro e alta hospitalar. O aumento da glicemia pode surgir em pacientes com diabetes já diagnosticada ou ainda não diagnosticada e em pacientes normoglicêmicos, que vem devido ao estresse causado pela doença aguda, chamado de hiperglicemia de estresse, consequência de várias alterações inflamatórias e hormonais que caracterizam doenças críticas com inflamação sistêmica, como a presença de citocinas pró-inflamatórias, nutrição enteral ou parenteral, também pelo aumento de hormônios reguladores de insulina como glucagon, cortisol, catecolaminas e hormônio de crescimento. Foi concluído que a hiperglicemia ocorre com frequência nos pacientes críticos devido ao estresse metabólico causados pelas doenças que os acometem, pelo aumento da gliconeogênese e por resistência periférica à ação da insulina em resposta à secreção de hormônios contra regulatórios e de citocinas inflamatórias. A hiperglicemia de estresse está relacionada a complicações clínicas, ao maior tempo de internação, ao tipo de dieta administrada, uso inadequado de insulina e pior evolução do paciente crítico. Devido a isso o controle glicêmico precisa ser mais rigoroso, sendo de extrema importância na rotina dos cuidados ao paciente a manutenção efetiva da glicemia, estando associado com melhor prognóstico clínico.

Palavras-chave: Diabetes mellitus. Fatores de risco. Glicemia.

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

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

IMPLEMENTAÇÃO DE SEPARAÇÃO E DESTINO DO LIXO EM UM RESTAURANTE COMERCIAL

ORTIZ, Sanny Gomes* ; MILLER, Tânia Corrêa**.

A separação do lixo assume um papel muito importante no que diz respeito à preservação do meio ambiente e à vida sustentável. Milhões de toneladas de lixo são produzidas diariamente e a destinação deste lixo é um fator preocupante para todos. Como grande fonte geradora de lixo, a população atual necessita de uma saída viável para este problema, pois a sua maioria é destinada para os chamados lixões, onde os materiais ficam a céu aberto, poluindo o ar, a água e o solo. Visto que a produção de lixo causa diversos impactos ambientais, é de extrema importância que nos atentemos ao descarte adequado do lixo, a fim de tentar diminuir os impactos ambientais causados por eles. A conscientização dos colaboradores de restaurantes para esse cenário atual é o elemento chave, pois embora o foco seja o destino adequado para os diversos tipos de lixo que produzimos diariamente, o problema é uma questão global. Diante disso, o objetivo do trabalho foi implementar a separação e o destino do lixo produzido em um restaurante comercial. O restaurante estava localizado em uma cidade do interior de São Paulo. Foi realizado um treinamento com colaboradores do restaurante sobre a separação do lixo e após isso, foi implementado o descarte, onde resíduos com características similares foram selecionados, sendo determinados os lixos destinados aos materiais recicláveis e aos orgânicos, como também o destino desses resíduos. O restaurante produz muitos materiais recicláveis, tais como: copo descartáveis, latas, marmitas e embalagens. Esse lixo necessita ter um descarte adequado, sendo uma tarefa simples, que não demanda tempo e nem atrapalha as atividades do restaurante. O projeto foi aplicado com sucesso, onde todos os colaboradores colocaram em prática os procedimentos propostos no treinamento.

Palavras-chaves: Lixo reciclável. Restaurante comercial. Sustentabilidade.

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

** Docente da Universidade de Marília – UNIMAR.

ÍNDICE DE MASSA CORPORAL DE CLIENTES DE UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO (UAN)

RODRIGUES, Julia Godoy* ; MILLER, Tânia Correa**.

As Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN's) tem como principal objetivo fornecer uma alimentação segura e equilibrada, que possa garantir os principais nutrientes necessários para manter, ou recuperar a saúde de todos aqueles que usufruem do seu serviço. Contudo, é imprescindível avaliar o Índice de Massa Corporal (IMC) dos clientes, visto que o desenvolvimento precoce de doenças crônicas não-transmissíveis, está associado significativamente com elevados níveis de gordura corporal. O objetivo deste trabalho foi analisar se o IMC dos clientes de uma UAN está de acordo com as recomendações da OMS, tendo em vista que estes clientes exercem atividades que geram grande gasto energético. A pesquisa foi realizada na UAN de uma empresa, com sistema de autogestão em um município do interior do Estado de São Paulo. A UAN fornecia um total de 280 refeições diárias, sendo elas: almoço (245 refeições) e jantar (35 refeições). Foi disponibilizado aos clientes, antes do almoço, fichas contendo questões referentes ao sexo, idade e função na empresa. Após preencherem o questionário foram aferidos o peso e a estatura dos clientes para cálculo do IMC e classificação do estado nutricional de acordo com as recomendações da OMS. Ao final do procedimento, foi entregue aos clientes um panfleto contendo informações sobre o IMC e orientações para uma alimentação saudável. Participaram da pesquisa 80 clientes. Foi observado que os homens corresponderam a 82,5% (n=66) e as mulheres 17,5% (n=14) dos clientes. A faixa etária com maior número de participantes foi entre 31 e 40 anos correspondendo a 38,8% (n = 31). A função com maior número de participantes foi a de coletor de lixo, correspondendo a 41,3% (n = 33). Em relação ao IMC dos clientes, 23,8% estavam eutróficos (n = 19), 43,8% apresentaram sobrepeso (n = 35), 31,3% obesidade (n = 25) e 1,3% da amostra apresentaram baixo peso (n = 1). A maioria da amostra encontrou-se com algum tipo de excesso de peso, totalizando 75,1% dos clientes (n=60), sendo que a função que mais prevaleceu foi a de coletor de lixo com 43,3% (n=26). Portanto, deve ser avaliada a alimentação oferecida a estes trabalhadores, tendo como base a criação de programas que façam o acompanhamento do estado nutricional dos clientes e ações para promoção da saúde e qualidade de vida.

Palavras – chave: Alimentação coletiva. Estado nutricional. Obesidade. Sobrepeso.

* Acadêmica do curso de Nutrição da Universidade de Marília – Unimar.

** Docente da Universidade de Marília – Unimar.

BENEFÍCIOS DA PLANTA “MONGUBA” (*PACHIRA AQUÁTICA*) PARA A SAÚDE

MOURA, Francielly Alexia Ferreira de*; KALAF, Giovanna Giandomênico*; MARCONATO, Mara Silvia Foratto**, DETREGIACHI, Claudia Rucco Penteadó***.

RESUMO: Plantas Alimentícias não Convencionais (PANCs), recentemente vem sendo muito procuradas e estudadas, mostrando-se como uma alternativa importante para uma alimentação mais equilibrada e saudável. A Monguba (*Pachira Aquática*) é considerada uma PANC e seu fruto é parecido com o cacau. Esse estudo é uma revisão bibliográfica descritiva e tem como objetivo realizar o levantamento dos benefícios da Monguba. Para a coleta de informações foram usadas as seguintes bases eletrônicas de dados: Scielo, Bireme, PubMed e Google Acadêmico. Foram utilizados artigos publicados entre 2015 e 2020, cujo tema fosse ligado a Monguba (*Pachira Aquática*) e seus benefícios, assim como os efeitos que essa planta pode ter em tratamento de doenças, suas capacidades nutricionais e os nutrientes presentes na mesma. Inicialmente foram encontrados 13 artigos, dos quais apenas oito estavam de acordo com o objetivo desse estudo. A *Pachira aquática*, vulgarmente conhecida como monguba, é uma árvore resistente, de fácil germinação e adaptável a diferentes tipos de climas, é uma espécie muito cultivada como ornamental, que apresenta um conteúdo excelente de óleo e quantidade significativa em proteínas. Tem uma semente com sabor de castanha que pode ser consumida crua, cozida, frita, assada, torrada, em forma de farinha ou moída e transformada em bebidas, substituindo o café e o chocolate, podendo ser consumida com leite. Os resultados desse estudo mostraram que o consumo dessa planta pode, no contexto de uma alimentação variada, colaborar na obtenção de nutrientes essenciais à saúde, podendo, inclusive, ter efeito hipoglicemiante no tratamento de diabetes.

Palavras chaves: Castanhas. Monguba. Pachira aquática. PANCS. Saúde.

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

** Docente da Universidade de Marília - UNIMAR.

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

ORTOREXIA NERVOSA: QUAL A PREVALÊNCIA EM UNIVERSITÁRIOS?

BRAGUIM, Natália Fernandes* ; SILVA, Gabriela Martinez da* ; SANTOS, Rafaela Bergamaschi dos* ; MARCONATO, Mara Silvia Foratto** ; DETREGIACHI, Cláudia Rucco Penteado*** .

Ortorexia nervosa (ON) é o termo descrito para o comportamento obsessivo patológico. Foi criado em 1997 pelo médico Bratman, autor do livro *Health Food and Junkies*, e significa “alimentação correta”. É considerado um novo transtorno, porém ainda não foi reconhecida como um transtorno alimentar. Pode estar atrelada a outros problemas como ansiedade e sintomas compulsivos. A ON pode ser descrita como uma fixação por saúde alimentar e teve seu surgimento a partir da crescente preocupação com a alimentação. Um dos métodos que pode ser utilizado para identificar prevalência desta patologia é o ORTO 15, o qual é um questionário validado para diagnóstico de ON. Outro método criado é o ORTO 11, que pesquisadores retiraram 4 perguntas do ORTO 15 que possuíam peso menor que 0,50. Além desses, há o *Bratman's Orthorexia Test* que consiste em perguntas sobre a atitude do indivíduo em relação aos alimentos. Este estudo possui como objetivo fazer uma revisão da literatura sobre ON, a fim de avaliar a prevalência deste transtorno em universitários. Trata-se de uma revisão bibliográfica em que foram pesquisados artigos científicos publicados nas seguintes bases de dados: Scientific Electronic Library Online (SciELO) e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) – BIREME. A palavra-chave utilizada para a pesquisa foi “ortorexia” e seu respectivo sinônimo em inglês. Foram selecionados artigos publicados no período de 2015 a 2020. Dos artigos analisados, nove referem-se à prevalência de ortorexia em universitários no geral, nove artigos fazem uma separação por sexo, dois artigos relacionaram a ocorrência de ortorexia com o estado nutricional, um relacionou a ortorexia com o termo que se encontra na faculdade e o sexo e, dois relacionaram ortorexia com a prática de atividade física. Com base no levantamento bibliográfico foi visto que os universitários possuem prevalência significativa para desenvolver ON. Percebeu-se que a prevalência em homens e mulheres é semelhante, porém em indivíduos com excesso de peso a prevalência é maior. Em relação ao termo da faculdade, alunos do primeiro termo possuem prevalência maior. Não houve uma relação significativa entre a ortorexia e a prática de atividade física.

Palavras-chave: Alimentação Saudável. Comportamento Alimentar. Estudantes. Incidência. Transtorno Alimentar.

* Acadêmico do curso de Graduação em Nutrição/UNIMAR

** Docente da Universidade de Marília/UNIMAR.

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

RELAÇÃO DA ESPESSURA DO MUSCULO ADUTOR DO POLEGAR COM O ESTADO NUTRICIONAL DE PACIENTES HOSPITALIZADOS

FERMINO, Carolina Felix^{*}; ARRUDA, Ana Carolina Teixeira Rosa^{*}; LOPES, Thalia Eduarda Soares^{*}; SILVA, Matheus Rainho^{*}; SILVA, Vinicius Pelegrinelli^{*}; TASSA, Gabriel Francisco Adriano^{*}; QUESADA, Karina^{**}.

A desnutrição é uma condição que ocorre frequentemente no ambiente hospitalar, sendo mais prevalente em pacientes idosos por conta do número elevado de doenças associadas, uso de medicações, entre outros fatores. As consequências da desnutrição são o aumento do risco de morbidade e mortalidade, maior tempo de internações e aumento do risco de reinternações o que eleva os custos para a instituição hospitalar e a redução da capacidade funcional do indivíduo. A aferição da espessura do músculo adutor do polegar (EMAP) é um procedimento simples, não invasivo e de baixo custo, que não necessita que o paciente esteja colaborativo no leito. Tal músculo é plano, está fixado entre duas estruturas ósseas e, por isso, é o único possível de ser medido de forma direta, não necessitando de equações ou ajustes para estimativas do seu valor real, fato que o destaca dentre distintas medidas antropométricas utilizadas para avaliação da massa muscular, como a circunferência muscular do braço e a área muscular do braço. O objetivo do presente estudo foi revisar as constatações científicas acerca da eficácia da medida da espessura do músculo adutor do polegar para a avaliação do estado nutricional em indivíduos hospitalizados. Para isso foi feito um estudo de revisão de literatura baseada em artigos científicos, os quais abordaram o uso da EMAP para avaliação do estado nutricional em indivíduos hospitalizados. Foram consultadas as bases de dados: Scielo, Pubmed, Google Acadêmico sendo selecionados os artigos nacionais publicados entre os anos de 2009 a 2020. Dados de estudos sugerem que a medida de EMAP apresentou-se associada aos parâmetros de avaliação do estado nutricional quando comparados com a avaliação nutricional objetiva e a avaliação nutricional subjetiva global. No entanto, apesar da correlação ser significativa, foram consideradas fracas ou moderadas. Por outro lado, dados de outros estudos apontam que a mediana da EMAP nos indivíduos com baixo peso foi significativamente menor que nos indivíduos eutróficos e com sobrepeso. A EMAP foi considerada um bom parâmetro antropométrico na grande maioria das condições clínicas avaliadas nos estudos. Por fim, na maioria dos estudos o EMAP foi classificado como um bom parâmetro de avaliação nutricional se usado juntamente com as demais medidas antropométricas. É necessária maior investigação de sua capacidade prognóstica em diversos estados clínicos, padronização dos pontos de corte para referência na classificação da medida e avaliação da sensibilidade e especificidade. Visto os dados da maioria dos estudos, a EMAP pode auxiliar no diagnóstico nutricional dos pacientes, sendo de baixo custo e rápida. No entanto, sugere-se que seja empregada de modo complementar aos protocolos de avaliação nutricional já existentes.

Palavras-chave: musculo adutor do polegar, EMAP, desnutrição, avaliação nutricional e estado nutricional.

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

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

TREINAMENTO SOBRE RESTO-INGESTÃO EM UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO - UAN

SOUZA, Ana Laura Ferreira de Paula* ; SAMPAIO, Vivian Caroline* ; MILLER, Tânia Correa**

O índice de resto-ingestão é um fator de grande relevância a ser considerado no gerenciamento de uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN). Tal índice é expresso pela relação entre o resto devolvido nas bandejas pelo comensal e a quantidade de alimentos e preparações alimentares oferecidas, expressa em percentual. Foi observado na UAN estudada, um grande desperdício de refeições, o que contribuiu para a iniciativa de elaborar esse treinamento. Diante disso, o objetivo desse trabalho foi realizar um treinamento sobre resto-ingestão com as funcionárias que distribuem as refeições e avaliar se houve diminuição do desperdício de alimentos. Esta pesquisa foi realizada em uma UAN de um hospital psiquiátrico, localizado em uma cidade do interior de São Paulo. Inicialmente, foi realizada uma pesquisa de satisfação dos clientes, na qual foi confirmado que não era a aceitação do cardápio que estava influenciando o grande desperdício de alimentos na UAN. Após isso, foi observada a distribuição das refeições e foi verificado que a quantidade das preparações que eram colocadas nos pratos estava excessiva e que esse fator é o que estava influenciando o alto índice de resto-ingestão. Foi proposto a padronização das refeições, especificamente a padronização do arroz e do feijão, como a medida principal para reduzir o índice de resto-ingestão. O treinamento foi ministrado no mês de março de 2020, sendo destinado principalmente às funcionárias responsáveis pela distribuição. Foi realizada a pesagem de todas as preparações prontas nas cubas que foram servidas na distribuição. Após a distribuição, foi realizada a pesagem do lixo de restos para ser calculado o índice de resto- ingestão. Para esse cálculo foi utilizado a fórmula de Gandra, onde estabelece a relação percentual entre o Peso da Refeição rejeitada (PR) e o Peso da Refeição Distribuída (PRD), representada pela fórmula: $IR = PR \times 100 / PRD$. Após a obtenção do primeiro resultado foi aplicado o treinamento, no qual a medida adotada foi a padronização da quantidade de alimentos a ser colocado em cada prato. Esse treinamento teve duração de aproximadamente 30 minutos e após, foi calculado novamente o resto-ingestão. Foi observada uma mudança no índice de resto-ingestão. Antes do treinamento, a média do índice de resto-ingestão foi de 11,4% e após houve a redução para 6,49%. O treinamento apresentou um resultado satisfatório na redução do resto-ingestão, o índice de resto-ingestão encontrado após o treinamento está entre os valores classificados como bom, conforme Aragão (2005).

Palavras-chave: Desperdício. Resto-ingestão. Sustentabilidade.

* Acadêmica do curso de Nutrição da Universidade de Marília - UNIMAR.

** Docente da Universidade de Marília – UNIMAR.

A EFICÁCIA DA DIETA DASH (DIETARY APPROACHES TO STOP HYPERTENSION) NO CONTROLE DA PRESSÃO ARTERIAL EM ADULTOS

NASCIMENTO, Aline Caroline* ; MORENO, Caique Fernandes* ; CORREA, Vanessa* ; ARRUDA, Camila Maria** .

A hipertensão arterial sistêmica (HAS) é uma doença crônica caracterizada pelo aumento prolongado dos níveis pressóricos maiores ou iguais a 140 e 90 mmHg da pressão arterial sistólica e diastólica respectivamente. Considerada um grande problema de saúde pública na atualidade, é fator de risco significativo para doenças cardiovasculares resultando direta ou indiretamente em 50% dos óbitos desta natureza. Para o controle e manutenção dos níveis adequados de pressão arterial (PA), podem ser utilizados tratamentos medicamentosos ou não medicamentosos. A intervenção nutricional, prática de atividade física, controle do estresse, cessação do tabagismo e o controle do peso estão envolvidos na terapia não medicamentosa. Para o sucesso no tratamento da HAS através da mudança dos hábitos alimentares, é necessário que o plano alimentar do indivíduo seja saudável e sustentável, sem dietas radicais, pois estas não são consistentes. Dentre os padrões alimentares conhecidos, a dieta DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*) tem se mostrado eficaz na redução dos níveis sistólicos e diastólicos de indivíduos adultos. Essa dieta preconiza o consumo de cereais integrais, hortaliças, frutas, frango, peixe, oleaginosas e laticínios com baixo teor de gordura, e recomenda a redução do consumo de doces, bebidas açucaradas e carne vermelha. A DASH contém grande quantidade de cálcio, potássio, magnésio e fibras, e é reduzida em colesterol e gordura saturada. Analisar a eficácia da dieta DASH na manutenção e controle dos níveis pressóricos ideais de adultos e idosos, a partir da revisão de artigos científicos. Realizaremos uma revisão da literatura acerca dos efeitos da dieta DASH sobre indivíduos hipertensos. Para tanto, serão utilizadas as seguintes bases de dados eletrônicas: PubMed, Library Online (SciELO) e BVS, utilizando nessas fontes as seguintes palavras-chave: hipertensão, dieta DASH, adultos, idosos. A dieta DASH mostrou-se promissora no controle da pressão arterial em indivíduos hipertensos e pré-hipertensos, embora alguns estudos relatem uma variação discreta na PA, dependendo do subgrupo avaliado. A PA sistólica obteve melhores resultados quando comparado à diastólica. Além disso, apresenta benefícios no controle do perfil lipídico. A elevada concentração de fibras, proteína, cálcio, magnésio e potássio pode estar associada a esses benefícios, assim como a redução do risco para doenças cardiovasculares e doença arterial coronariana. A dieta DASH aparenta ser um tratamento não-medicamento eficaz no controle da PA, além de apresentar melhora do perfil lipídico dos adeptos.

Palavras chaves: dieta DASH, hábitos alimentares, hipertensão arterial.

* Alunos do Curso de Nutrição da Universidade de Marília – UNIMAR.

** Docente do Curso de Nutrição da Universidade de Marília – UNIMAR.

REPERCUSSÕES DA SÍNDROME METABÓLICA EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES

YONEZAWA, Ana Beatriz* ; BONFIM, Eliara Beatriz Soriani* ; ANGELIM, Paula Caroline Rodrigues* ; ARRUDA, Camila Maria da Silva**.

Síndrome Metabólica (SM) descreve um conjunto de fatores de risco que se manifestam no indivíduo e conseqüentemente aumentam as suas chances de desenvolver doenças cardiovasculares e diabetes tipo 2. A SM tem como base a resistência à ação da insulina, com isso a insulina tem sua ação reduzida nos tecidos, obrigando o pâncreas a produzir mais insulina e elevando o seu nível no sangue. Existem alguns fatores que contribuem para o desenvolvimento da síndrome metabólica, como por exemplo: fatores genéticos, excesso de peso (principalmente na região abdominal) e a ausência de atividade física. A síndrome metabólica é uma doença da civilização moderna, associada à obesidade, como resultado da alimentação inadequada e do sedentarismo. O objetivo deste trabalho é investigar através de uma revisão bibliográfica a repercussão da síndrome metabólica em crianças e adolescentes. Foi feita uma pesquisa bibliográfica, utilizando como banco de dados o site pubmed, para o levantamento de artigos científicos, com as seguintes palavras-chave: complicações, síndrome metabólica, criança e adolescente. Segundo os estudos levantados pela revisão bibliográfica, as crianças que apresentam síndrome metabólica, têm maiores riscos de doenças cardiovasculares, de diabetes tipo 2, riscos inflamatórios e esses resultados podem demonstrar que futuramente essas crianças têm riscos de apresentar doenças crônicas não transmissíveis. O quadro de Síndrome Metabólica, apresentado por crianças, tem como uma de suas causas o mal consumo alimentar além do sedentarismo.

Palavras-chave: Adolescente. Complicações. Criança. Síndrome Metabólica.

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

** Docente da Universidade de Marília – UNIMAR.

AVALIAÇÃO DO ÍNDICE DE RESTO- INGESTÃO E SOBRAS EM UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO (UAN) DO INTERIOR DE SÃO PAULO

CARVALHO, Aline Sanchez* ; MILLER, Tânia Côrrea** .

A análise do índice de resto-ingestão em uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) visa avaliar as quantidades desperdiçadas por diversos motivos, tais como: aceitação no cardápio e porcionamento inadequado, em relação à quantidade de alimento produzida. Sobras são alimentos produzidos e não distribuídos. Uma avaliação diária é uma das medidas mais utilizadas no controle de uma UAN. A quantidade de sobras deve estar relacionada ao número de refeições servidas e à margem de segurança, definida na fase de planejamento. Os registros destas quantidades são fundamentais, pois servem como subsídios para implantar medidas de racionalização, redução de desperdícios e otimização da produtividade. O objetivo dessa pesquisa foi avaliar se o resto-ingestão e sobras em uma UAN está acima da quantidade aceitável, representando assim desperdício de alimentos. A UAN onde foi realizada a pesquisa presta serviço de alimentação em uma indústria alimentícia do interior de São Paulo e produz aproximadamente 1000 refeições diárias. A pesquisa foi desenvolvida no turno de distribuição do almoço onde são servidas uma média de 600 refeições. Para saber o valor do resto-ingestão e das sobras limpas foi pesada a quantidade das preparações, antes de serem distribuídas nos balcões, sendo descontado o peso das panelas e cubas. Esse procedimento foi realizado no período entre 18/02/2020 e 05/03/2020, juntamente com a pesagem das sobras limpas. Então, foram coletados os seguintes dados: Quantidade produzida (Kg), sobras (Kg), quantidade distribuída (Kg), refeições e as porcentagens das sobras. Para chegar ao resultado das porcentagens das sobras da quantidade de alimentos, foi realizado os cálculos de acordo com as fórmulas citadas em Vaz (2006): % de sobras = sobras prontas após servir as refeições x 100 / peso da refeição distribuída. No almoço os valores das sobras variaram de 1,17% a 3,03%. Com relação ao índice de resto-ingestão os valores encontrados foram abaixo de 3%, com exceção de um dia quando o percentual foi de 4,67%. Conclui-se que o percentual de até 3% do valor de resto-ingestão e sobras limpas na UAN está dentro do estabelecido como aceitável que é de até 4%, mas deve-se ter sempre em mente que o desperdício de alimentos deve ser evitado ao máximo.

Palavras-Chave: Almoço. Porcionamento. Resto-ingestão. Sobras.

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

** Docente da Universidade de Marília – UNIMAR.

AVALIAÇÃO DO RESTO-INGESTÃO DE UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO DO INTERIOR DE SÃO PAULO

BLANCO, Gabriela Aparecida Resende^{*}; 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 à macronutrientes e micronutrientes, a fim de garantir saúde para quem consumi-las e além disso assegurar a qualidade organoléptica e higiênico-sanitária. O desperdício é sinônimo de falta de qualidade e deve ser evitado através de um planejamento adequado, para que não haja excessos de produção e nem restos, reduzindo a geração de resíduos que são dispostos no meio ambiente. O fato de que desperdício gera custo, é preciso gerar conscientização e trabalhar na redução destes por meio de campanhas e treinamentos com clientes e manipuladores. Para garantir segurança alimentar, o reaproveitamento de sobras deve ser baixo e de resto-ingestão o mínimo possível, pois quanto maior a quantidade de alimentos bons para o consumo for para o lixo, maior será o custo de produção e desperdício de alimentos na Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN). O objetivo dessa pesquisa é avaliar se o resto-ingestão em uma UAN está acima da quantidade aceitável, representando, assim, desperdício de alimentos. Essa pesquisa será realizada em uma UAN que presta serviço a uma indústria de alimentos do interior do estado de São Paulo. Será feito um acompanhamento do resto ingestão de duas principais refeições (almoço e jantar). Será colocado nos displays das mesas do restaurante um folheto com uma campanha visando reduzir ou se possível zerar o desperdício de alimentos dos pratos dos clientes. Será realizado também, o controle do volume em litros de alimentos desperdiçados, através de um método chamado Trim Trax. Este método é uma maneira de controlar a quantidade de alimento que retorna nos pratos dos comensais e vai para o lixo orgânico. Este controle será feito diariamente e serão avaliados para realização de ações com a finalidade de diminuir o desperdício dos alimentos.

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

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

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

IMUNOMODULADORES EM PACIENTES CRÍTICOS

TASSA, Gabriel Francisco Adriano*; SILVA, Matheus Rainho*; SILVA, Vinícius Pelegrinelli*; FERMINO, Carolina Felix*; ARRUDA, Ana Carolina Teixeira Rosa*; LOPES, Thalia Eduarda Soares*; QUESADA, Karina**.

A resposta inflamatória e imune em pacientes críticos foi e ainda é investigada nas últimas décadas, por sua correlação com efeitos sobre a manutenção do epitélio intestinal, tecido linfóide, melhorando a função das células T, assim diminuindo a resposta à lesão, e otimizando a cura, mantendo um melhor equilíbrio, com isso, reduzindo as complicações infecciosas e hospitalares. Os imunonutrientes com potenciais efeitos benéficos na recuperação de pacientes críticos, são a arginina, a glutamina, os nucleotídeos e os ácidos graxos poliinsaturados da série n-3. O presente estudo é uma revisão de publicações científicas conduzidas para examinar a eficácia do uso de nutrientes imunomoduladores em pacientes críticos. A pesquisa foi realizada pelos recursos eletrônicos nas seguintes bases de dados: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) na biblioteca eletrônica Scientific Electronic Library On-line (SciELO), Sistema Online de Busca e Análise de Literatura Médica (MEDLINE), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS Brasil) e Google Acadêmico durante limites temporais de 2008 a 2020. A coleta dos dados ocorreu no decorrer dos meses de março e abril de 2020. Foram selecionados artigos científicos, os quais abordaram o uso de imunomoduladores em pacientes críticos, sendo utilizada as seguintes palavras chaves em português e inglês: nucleotídeos; arginina; glutamina; ômega 3; paciente crítico; terapia intensiva; imunomoduladores. A literatura sobre o tema de imunomoduladores é ampla com vários estudos e análises, apresentam boa porcentagem de indivíduos para estudo, mas os resultados são amplos, variando a condição clínica do paciente, onde fatores internos e externos afetam o resultado. A utilização dos nutrientes separadamente se mostrou pouco eficaz em baixa dosagem, necessitando de maior ingestão, além disso os imunomoduladores precisam de cerca de uma semana para que se tenha o efeito necessário. A maioria dos estudos comprovam que, de forma conjunta, esses nutrientes preserva o sistema imune auxiliando no estado dos pacientes críticos. Concluindo a utilização das dietas imunomoduladoras é eficaz, havendo assim a diminuição do tempo de internação, os riscos infecciosos e na taxa de mortalidade desses pacientes, desde que acompanhadas por um suporte nutricional adequado.

Palavras-chave: Glutamina. Imunomoduladores. Nucleotídeos. Arginina.

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

** Docentes da universidade de Marília – UNIMAR

Índice

AGOSTINHO JUNIOR, Francisco de	12
ALTRAN, Bruna Rezek Andery	32
ANGELIM, Paula Caroline Rodrigues	08, 41
ARRUDA, Ana Carolina Teixeira Rosa	13, 38, 44
ARRUDA, Camila Maria de	11, 12, 19,
.....	27, 31, 40,
.....	41
AZEVEDO, Ana Julia de	13, 33
BARBALHO, Sandra Maria	13
BEZERRA, Talita Márcia Dutra	12, 29
BLANCO, Gabriela Aparecida Resende	19, 43
BONFIM, Eliara Beatriz Soriani	18, 41
BRAGUIM, Natália Fernandes	12, 37
CAMPOS, Marcus Vinicius Lelis	09, 21
CARVALHO, Aline Sanchez	16, 42
COLA, Paula Cristina	11, 12
CORRÊA, Maria Elizabeth da Silva Hernandes	18
CORREA, Vanessa	40
DANIEL, Mariana Moreira	19
DECANINI, Isabela Martins	11, 29
DETRREGIACHI, Claudia Rucco Penteado	14, 15, 17,
.....	18, 21, 22,
.....	23, 28, 32,
.....	36, 37
DUARTE, Camila Ferreira	15, 23
FERMINO, Carolina Felix	13, 38, 44
FERRARI, Bruna Thamiris Montolezzi	15, 22, 23
FERREIRA, Giulia Maria Boaro	31
GENNARI, Carolina Delleo Ferracini	18
GOMIDE Beatrice Oliveira Cardoso	17, 28
GUERREIRO, Camila da Silva	15, 22
GUIMARÃES, Victória Marques	17, 30
HABER, Jesselina Francisco dos Santos	32
JUNIOR, Francisco de Agostinho	11
KALAF, Giovanna Giandomênico	14, 36
LOPES, Thalia Eduarda Soares	16, 38, 44
LUCA, Natália Pereira de	11
MARCONATO Mara Silvia Foratto	16, 19, 21
.....	22, 23, 28,
.....	36, 37
MARTINS, Erivalda Martírio Peres	11
MARTINS, Joice Domiciano	19
MARTINS, Joyce Domiciano	23
MARTINS, Maria Vitória dos Santos	08, 33
MILLER, Tânia Côrrea	08, 10, 24,
.....	25, 26, 29,
.....	30, 34, 35,
.....	39, 42, 43
MOLARI, Natália Taveira	12, 27

X Encontro de Iniciação Científica do Curso de Nutrição

MORENO, Caique Fernandes.....	40
MOSQUINI, Bárbara Marcon.....	13, 28
MOURA, Francielly Alexia Ferreira de	14, 36
NASCIMENTO, Aline Caroline	12, 40
NETO, Agostinho Caleman	09
NINOMIYA, Daniele Kazumi	17, 27
NOVAIS, Paulo Cezar	09
ORTIZ, Sanny Gomes.....	16, 34
PEREIRA, Fabiano	10
QUESADA, Karina	14, 17, 33
.....	38, 44
RIBEIRO, Guilherme Paes	10
RODRIGUES, Julia Godoy.....	09, 35
SALLES, Marina Lancaster de Moraes	32
SAMPAIO, Vivian Caroline	16, 39
SANCHES, Layla Cristiny Neres	17, 30
SANTANA, Gabriela Silva.....	08, 24, 25
SANTOS, Rafaela Bergamaschi dos	18, 37
SILVA, Bruna Lima da	10
SILVA, Gabriela Martinez da	12, 37
SILVA, Larissa Oliveira Soares.....	11, 27
SILVA, Leiziani Pereira da	11
SILVA, Leonardo Cipola da	09, 21
SILVA, Márcia Rocha GABALDI	13
SILVA, Matheus Rainho.....	10, 38, 44
SILVA, Vinicius Pelegrinelli	09, 38, 44
SOUZA, Ana Laura Ferreira de Paula	14, 39
SPILA, Gabriela Ruiz	18, 26
TARDIM, Milena Cristina Bonadio	18
TASSA, Gabriel Francisco Adriano	10, 38, 44
VILAS BOAS, Namie Sophia Tahara	08, 33
YONEZAWA, Ana Beatriz.....	14, 41