



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA - UFSC

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE NUTRIÇÃO**

ANAIS

XIII Semana Científica da Nutrição

**24 de agosto a 29 de setembro de 2018
Hall do Centro de Ciências da Saúde - CCS**

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
XIII Semana Científica da Nutrição
24 a 29 de setembro de 2018

Universidade Federal de Santa Catarina

Ubaldo Cesar Balthazar - Reitor

Prof^a. Alacoque Lorenzini Erdmann, Dra. - Vice Reitora

Centro de Ciências da Saúde

Prof. Celso Spada – Diretor

Prof. Fabrício de Souza Neves – Vice-Diretora

Departamento de Nutrição

Prof^a. Marcela Boro Veiros – Chefe

Prof^a. Debora Kurrle Rieger Venske – Subchefe

Curso de Graduação em Nutrição

Prof^a. Maria Cristina Marcon – Coordenadora

Prof^a. Júlia Dubois Moreira – Subcoordenadora

Programa de Pós-Graduação em Nutrição

Prof^a. Patrícia Faria Di Pietro - Coordenadora

Prof. Giovanna Medeiros Rataichesk Fiates – Subcoordenadora

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
XIII Semana Científica da Nutrição
24 a 29 de setembro de 2018

PROMOÇÃO

Curso de Graduação em Nutrição
Programa de Educação Tutorial Nutrição

COMISSÃO ORGANIZADORA DA XIII SEMANA CIENTÍFICA DA NUTRIÇÃO

Arthur Thives Mello (Bolsista PET Nutrição)
Even dos Santos (Bolsista PET Nutrição)
Lara Alicia da Cunha Dominoni (Bolsista PET Nutrição)
Rafaela Alexia Kobus (Bolsista PET Nutrição)
Vitória de Resende Salles (Bolsista PET Nutrição)
Prof^a. Suzi Barletto Cavalli (Tutora PET Nutrição)

APOIO

Centro de Ciências da Saúde
Programa de Pós-Graduação em Nutrição
Departamento de Nutrição

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
XIII Semana Científica da Nutrição
24 a 29 de setembro de 2018

PROGRAMAÇÃO XIII SEMANA CIENTÍFICA DA NUTRIÇÃO/UFSC

PROGRAMAÇÃO – 24 DE SETEMBRO a 29 DE SETEMBRO DE 2018

PERÍODO MATUTINO E VESPERTINO

08:30-18:00 Exposição de pôsteres científicos no Hall do Centro de Ciências da Saúde - CCS

24/09 13:30-13:50 Apresentação oral da pesquisa “Efeito do consumo agudo do suco de juçara (*euterpe edulis martius*) sobre biomarcadores do estresse oxidativo antes e após uma sessão de exercício intervalado de alta intensidade: um ensaio clínico randomizado e cross-over” pela doutoranda do Programa de Pós-Graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina Cândice Laís Knöner Copetti

25/09 8:20-8:40 Apresentação oral da pesquisa “Seleção de indicadores e caracterização da segurança alimentar e nutricional nos municípios do estado de Santa Catarina” pela graduanda do curso de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina Amanda Guedes

25/09 13:30-13:50 Apresentação oral do projeto de extensão “Utilização de rede social para veiculação de informações sobre Alimentação e Nutrição no cuidado de Diabetes Mellitus” pela graduanda do curso de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina Ana Clara Koerich

26/09 8:20-8:40 Apresentação oral da pesquisa “Diferenças no planejamento de uma refeição por indivíduos com alto e baixo interesse por saúde: um estudo qualitativo” pela doutoranda do Programa de Pós-graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina Anice Camargo

26/09 13:30-13:50 Apresentação oral do projeto de extensão “Oficinas culinárias para grupo de diabéticos tipo 1” pela graduanda do curso de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina Talissa Dezanetti

27/09 8:20-8:40 Apresentação oral do projeto de extensão “Determinação da desnutrição por meio de diferentes parâmetros da impedância bioelétrica em pacientes submetidos à hemodiálise” pela aluna do

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
XIII Semana Científica da Nutrição
24 a 29 de setembro de 2018

Programa de Pós-graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina Angela Teodósio da Silva

- 27/09 13:30-13:50 Apresentação oral da pesquisa “Programa de intervenção nutrição e culinária na cozinha aumenta os conhecimentos culinários e a confiança em cozinhar de estudantes universitários” pela professora do Departamento de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina Greyce Bernardo
- 28/09 9:40-10:00 Apresentação oral da pesquisa “Percepção do consumidor de alimentos em relação às alegações de caseiro, tradicional e outras similares em rótulos de alimentos industrializados” pela mestre do Programa de Pós-Graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina Jéssica Müller
- 28/09 13:30-13:50 Apresentação oral da pesquisa “Quais características os consumidores adultos de Florianópolis observam nos rótulos de alimentos industrializados?” pela mestre do Programa de Pós-Graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina Jéssica Müller

Resumos do Tema:
REDE E ENSINO

1. “NUTRIÇÃO DE 1 A 10”: EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL POR MEIO DE ESTANDE BASEADO NOS “10 PASSOS PARA UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL” DO GUIA ALIMENTAR PARA POPULAÇÃO BRASILEIRA DE 2014 NA 16ª SEMANA DE ENSINO PESQUISA E EXTENSÃO DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA.”

Espinola, P.V.¹; Santos, E.¹; Copetti, L.¹; Martinelli, C.¹; Dezanetti, T.¹; Martins, V.J.¹; Dias, L.B.¹; Caixeta, J.V.¹; Souza, J.N.¹; Lucas, L.T.¹; Cavalli, S.B.²

¹ Aluna de graduação do curso de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina

² Professora do Departamento de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina

Introdução: A determinação multifatorial do sobrepeso e da obesidade está relacionada ao modo de vida das populações modernas, que consomem cada vez mais alimentos processados, energeticamente densos e ricos em açúcares, gorduras e sódio, com uma quantidade de calorias consumidas além da necessidade individual. **Objetivo:** O presente trabalho se propõe a contribuir com a promoção da saúde, hábitos alimentares saudáveis e disseminar o conhecimento apresentado no Guia Alimentar para População Brasileira baseado nos “10 passos para uma alimentação saudável” através de Educação Alimentar e Nutricional. **Metodologia:** O estande foi exposto na UFSC durante a 16ª SEPEX. A construção dos materiais foi dividida em três partes: a primeira composta por banner com a explicação sobre a 2ª edição do Guia Alimentar para a População Brasileira, a segunda parte foi a criação de 10 banners contendo um passo dos “10 passos para uma Alimentação Saudável”, além de imagens coloridas e chamativas e a terceira, a montagem de uma mesa com a exemplificação do grau de processamento dos alimentos, através da exposição de alguns alimentos e sua cadeia de processamento. **Resultados:** A dinâmica proposta atingiu o público visitante da SEPEX, que em sua grande maioria eram procedentes da rede escolar de Florianópolis, universitários, adultos e idosos. Em torno de 50 mil pessoas estiveram na SEPEX. Observou-se que apesar do Guia Alimentar ser um recurso voltado à população brasileira e de fácil entendimento, o público em geral, demonstrou pouco conhecimento do mesmo, desconhecendo a sua existência. **Conclusão:** É primordial que mais atividades sobre o Guia Alimentar sejam elaboradas de maneira a divulgar,

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
XIII Semana Científica da Nutrição
24 a 29 de setembro de 2018

simplificar e facilitar o entendimento da população acerca das informações contidas no mesmo, promovendo saúde através da nutrição e consolidando práticas de EAN.

2. ALIMENTAÇÃO E UNIVERSIDADE, COMO CONCILIÁ-LAS?: MINICURSO NA XVI SEMANA DE ENSINO PESQUISA E EXTENSÃO DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA.

Dezanetti, T.¹; Martinelli, C.¹; Espinola, P.V.¹; Souza, J.N.¹; Cavalli, S.C.²

¹ Aluna de graduação do curso de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina

² Professor do Departamento de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina

Introdução: A vida universitária e suas peculiaridades com novas cobranças, novas formas de organização autônoma, marcam um período importante de transição. Problemas são encontrados nas experiências vivenciadas no período universitário, como espaço institucional diferente, exigência de competência e níveis de estudos mais elevados, organização, autonomia, além das novas exigências pessoais e sociais, gerir uma nova casa, orçamentos, horários, entre outras atividades. **Objetivo:** Nesse sentido foi realizado o minicurso; Alimentação e universidade: como conciliá-las?; elaborado por bolsistas do PET Nutrição da UFSC visando apresentar e discutir com o público alvo sobre a importância de melhorar as escolhas alimentares dos universitários e como alcançá-las através de orientação nutricional. **Metodologia:** Realizou-se o minicurso na 16ª com duração de quatro horas e um público de dezoito pessoas, sendo dividido em quatro momentos. 1º momento: discussão sobre ser saudável. 2º momento: objetivou propiciar a melhora do consumo alimentar, incluindo minimizar possíveis episódios impulsivos e evitar o consumo de alimentos prontos por falta de opção. Foram exploradas quinze dicas práticas que englobavam os aspectos para uma reeducação alimentar no âmbito universitário. 3º momento: instruções de forma prática sobre porcionamento e leitura de rótulos. 4º momento: conceituou-se a diferença classificação de produtos dietéticos. **Resultados:** A universidade caracteriza-se como um ambiente propício para a realização de atividades de Educação Alimentar e Nutricional (EAN), considerando as dificuldades que os sujeitos encontram no decorrer desse período em relação à alimentação. Com o desenvolvimento da atividade, foi possível relacionar os conceitos e abordagens observadas nos artigos científicos com a percepção possa orientá-los quanto à alimentação saudável. **Conclusão:** Através das atividades desenvolvidas, adquiriu-se um olhar mais amplo acerca do papel do estudante de nutrição de propiciar a EAN

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
XIII Semana Científica da Nutrição
24 a 29 de setembro de 2018

contribuindo com hábitos alimentares mais saudáveis no ambiente universitário.

Resumos do Tema:
PESQUISA

1. SELEÇÃO DE INDICADORES E CARACTERIZAÇÃO DA SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL NOS MUNICÍPIOS DO ESTADO DE SANTA CATARINA

GUEDES, A¹; MACHADO, M²; LEONE, B³; NAZARI, L⁴; GABRIEL, C⁵

¹ Aluna de graduação do curso de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina

² Aluno de doutorado do Programa de Pós Graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina

³ Aluna de mestrado do Programa de Pós Graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina

⁴ Aluna de graduação do curso de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina

⁵ Professora do Departamento de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina

Palavras chave: Segurança Alimentar e Nutricional. Avaliação. Política Pública.

Introdução: O conceito brasileiro de segurança alimentar e nutricional envolve dimensões relacionadas a aspectos da quantidade e qualidade da alimentação. Assim, avaliar segurança alimentar e nutricional é um desafio por suas várias dimensões e pelo seu caráter intersetorial. **Objetivos:** Estabelecer indicadores de nível territorial e caracterizar a situação de segurança alimentar e nutricional nos municípios catarinenses. **Método:** Foi construída uma matriz de análise e julgamento validada em 2 oficinas de consenso, resultando em versão final com 7 dimensões, 11 subdimensões, 27 indicadores e 59 medidas. A coleta de dados ocorreu em bases de dados secundários. Após definição de parâmetros de avaliação, os municípios foram classificados em “ruim”, “regular”, “bom” ou “ótimo”. Resultados: Dos 295 municípios, 65,4% foram avaliados como ruins ou regulares para sua situação de segurança alimentar e nutricional. A dimensão de ‘avaliação e monitoramento’ apontou 92,2% dos municípios como regulares ou ruins. A dimensão de ‘acesso universal à alimentação adequada’ apresentou 83% dos municípios regulares ou ruins. ‘Alimentação e nutrição em todos os níveis de atenção à saúde’ apresentou 63,7% como regulares ou ruins. Para a dimensão de ‘sistemas de produção agroecológica e abastecimento sustentáveis de alimentos’, 56% foram classificados como ótimos ou bons. A dimensão de ‘acesso universal à água’ classificou 52,9% dos

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
XIII Semana Científica da Nutrição
24 a 29 de setembro de 2018

municípios em ótimos ou bons. A dimensão de 'processos permanentes de educação, pesquisa e formação em SAN' identificou 88,7% como ótimos ou bons. A dimensão de Povos e Comunidades Tradicionais não pode ser avaliada pela não localização dos dados. **Conclusão:** Apesar da necessidade de maior validação do instrumento, destacamos a importância da pesquisa por apresentar elementos que permitem qualificar a governança da Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional no nível municipal.

2. INGESTÃO DE GORDURAS E AÇÚCAR DE ADIÇÃO: ASSOCIAÇÃO COM OBESIDADE CENTRAL E PARÂMETROS DO PERFIL LIPÍDICO EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES COM CARDIOPATIA CONGÊNITA SUBMETIDOS A PROCEDIMENTO CARDÍACO

MEDEIROS, J.A.¹, HONICKY, M.², CARDOSO, S.M.³ ; BACK, I.C.⁴, VIEIRA, F. G.K.⁵ ; MORENO, Y. M. F.⁵

¹ Aluno de graduação do Curso de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina.

² Doutoranda do Programa de Pós-graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina.

³ Doutoranda do Programa de Pós-graduação em Saúde Coletiva, Universidade Federal de Santa Catarina

⁴ Professora do Programa de Pós-graduação em Saúde Coletiva e Departamento de Pediatria, Universidade Federal de Santa Catarina

⁵ Professora do Programa de Pós-graduação em Nutrição e Departamento de Nutrição, Universidade Federal de Santa Catarina

Introdução: Os cardiopatas congênitos apresentam hábitos alimentares inadequados e restrições às atividades físicas, bem como podem apresentar obesidade e alterações em fatores de risco, o que pode contribuir para o aumento do risco de doenças cardiovasculares adquiridas. **Objetivo:** Investigar a associação entre a ingestão de gordura total e seus subtipos e açúcar de adição com os fatores de risco circunferência da cintura elevada, HDL-c baixo e colesterol total em crianças e adolescentes previamente submetidos a procedimento cardíaco. **Métodos:** Estudo transversal com 232 cardiopatas congênitos que realizaram intervenção cirúrgica cardíaca, entre 5 a 18 anos de idade, de ambos os sexos. Coletaram-se dados sociodemográficos, características clínicas, de estado nutricional, prática de atividade física, exames bioquímicos e de consumo alimentar. O consumo alimentar foi obtido pela média de três Recordatórios de 24 horas. A análise estatística dos dados foi realizada por meio do software Statistical Package for the Social Sciences – SPSS, e foram considerados valores significativo $p < 0,05$. **Resultados:** Foi verificado 12,1% de sobrepeso e 6,9% de obesidade e 24,6% excesso de adiposidade abdominal. Foram considerados insuficientemente ativos, 93,5% dos avaliados. Apresentaram colesterol total elevado 2,2% e HDL-colesterol baixo, 9,9% dos avaliados. Indivíduos com excesso de adiposidade abdominal tiveram maior média de consumo de gordura

total, gordura monoinsaturada, gordura trans, colesterol e açúcar de adição em comparação com o grupo sem excesso de adiposidade abdominal. Indivíduos com concentração de HDL- colesterol baixo apresentaram maior consumo de gordura monoinsaturada. E indivíduos com concentração de colesterol total elevado apresentaram maior consumo de gordura total. **Conclusão:** Foi observado que o consumo de gordura total, gordura monoinsaturada, gordura trans, colesterol e açúcar de adição está associado à circunferência da cintura elevada, enquanto o consumo de gordura monoinsaturada está relacionado ao HDL-colesterol baixo, e que o consumo de gordura total está associado ao colesterol total elevado.

3. DIFERENÇAS NO PLANEJAMENTO DE UMA REFEIÇÃO POR INDIVÍDUOS COM ALTO E BAIXO INTERESSE POR SAÚDE: UM ESTUDO QUALITATIVO

CAMARGO, A.M.¹; BOTELHO, A.M.²; DEAN, M.³; FIATES, G.M.R.¹

¹ Doutoranda do PPGN da Universidade Federal de Santa Catarina

² Mestre em Nutrição pelo PPGN da Universidade Federal de Santa Catarina

³ Professora na School of Biological Sciences da Queen's University Belfast

⁴ Professora do Departamento de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina

Consumidores muitas vezes escolhem alimentos de acordo com percepções acerca de saudabilidade. Assim, avaliar o interesse por saúde pode indicar o quanto consumidores são suscetíveis a valorizar os alimentos para a manutenção da saúde. Apesar da importância conferida ao ato de preparar refeições em casa na promoção da alimentação saudável, incluindo o planejamento, pouco se sabe sobre o raciocínio por trás desse comportamento. O objetivo do trabalho foi de conhecer os fatores levados em consideração por consumidores adultos com alto (AIS) e baixo (BIS) interesse por saúde ao selecionar alimentos para preparar uma refeição. Neste estudo qualitativo, cada indivíduo (n=21) teve seu interesse por saúde mensurado com a Escala de Interesse em Saúde Geral. Posteriormente os participantes foram a um supermercado executar a seguinte tarefa: "Imagine que um amigo ou membro da família irá jantar em sua casa esta noite. Por favor, selecione todos os itens que você precisa para preparar um jantar para duas pessoas". Entrevistou-se os participantes sobre os fatores envolvidos em suas escolhas. Os áudios gravados foram transcritos verbatim e o manuscrito resultante foi submetido à Análise Temática indutiva. Participaram do estudo 12 indivíduos com AIS (idade mediana=36 anos, IQ=24,5-39; sexo feminino=67%) e nove indivíduos com BIS (idade mediana=25 anos, IQ=22-28; sexo feminino=33%). Os fatores influenciadores no planejamento da refeição foram agrupados em três grandes temas comuns aos dois grupos. O tema Refeição agrupou fatores como ser leve, diferente, fica bom com cerveja. O tema Preferências contemplou aspectos de gosto pessoal do participante e do convidado. O tema Praticidade surgiu do agrupamento de códigos como: é uma comida rápida e é mais simples de fazer. No entanto, apenas no grupo de indivíduos com AIS foi possível identificar um quarto tema. O tema Ingredientes agrupou menções a

teor de nutrientes, ser cozido e não frito, e ser uma fonte proteica saudável. Ao explorar os fatores levados em consideração no planejamento de uma refeição, verificamos que muitos aspectos foram comuns aos dois grupos (AIS e BIS). No entanto, apenas os indivíduos com AIS mencionaram aspectos nutricionais como influenciadores de suas escolhas. Deste modo, identificamos que o reconhecimento da contribuição dos alimentos para a manutenção da saúde esteve aliado ao grau de interesse por saúde, indicando uma nova possibilidade de abordagem na promoção da Alimentação Adequada e Saudável.

4. EFEITO DO CONSUMO AGUDO DO SUCO DE JUÇARA (*Euterpe edulis Martius*) SOBRE BIOMARCADORES DO ESTRESSE OXIDATIVO ANTES E APÓS UMA SESSÃO DE EXERCÍCIO INTERVALADO DE ALTA INTENSIDADE: UM ENSAIO CLÍNICO RANDOMIZADO E CROSS-OVER

COPETTI, C. L. K.¹, DI PIETRO, P. F.², ORSSATTO, L. B. R.³, DIEFENTHAELER, F.⁴, SILVA, E. L.², SILVEIRA, T. T.⁵, KRIEQUER, J. R.⁶, VIEIRA, F. K.², HINNIG, P. F.², LIZ, S.¹

¹ Doutoranda do Programa de Pós-Graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina

² Professor do Programa de Pós-Graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina

³ Mestre pelo Programa de Pós-Graduação em Educação Física da Universidade Federal de Santa Catarina

⁴ Professor do Programa de Pós-Graduação em Educação Física da Universidade Federal de Santa Catarina

⁵ Mestranda do Programa de Pós-Graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina

⁶ Aluna de graduação do curso de Farmácia da Universidade Federal de Santa Catarina.

Nos últimos anos, a suplementação de antioxidantes tem recebido notável atenção pela sua influência na recuperação após o exercício, reduzindo o estresse oxidativo. Estudos sugerem que o consumo de alimentos ricos em antocianinas, como o fruto juçara (*Euterpe edulis Martius*), pode oferecer proteção antioxidante no exercício, independentemente da duração da intervenção. Desta forma, objetivou-se avaliar o efeito do consumo agudo do suco de juçara sobre biomarcadores do estresse oxidativo antes e após uma sessão de exercício intervalado de alta intensidade. Em um delineamento cross-over e randomizado, 15 homens fisicamente ativos foram designados para consumir, 1h antes do exercício, 250 mL de suco de juçara ou água (controle). Amostras sanguíneas foram obtidas 1h antes do exercício (antes da ingestão do suco de juçara ou controle), imediatamente após o exercício e 1h após o exercício. Os parâmetros avaliados foram: fenóis totais, ácido úrico, glutathiona reduzida (GSH), glutathiona oxidada (GSSG), relação GSH:GSSG, capacidade antioxidante total (TAC, do inglês Total Antioxidant Capacity), estado oxidante total (TOS, do inglês Total Oxidant Status), índice de estresse oxidativo (IEO), proteínas carboniladas (PC) e as enzimas: glutathiona

peroxidase (GPx), superóxido dismutase (SOD) e catalase (CAT). Foi observado que o suco de juçara diminuiu (-1,2%) o parâmetro IEO imediatamente após o exercício ($p = 0,03$) e aumentou os parâmetros GSH (37%; $p = 0,03$) e a relação GSH:GSSG (8%; $p = 0,03$) 1h após o exercício comparado ao grupo controle. Em conclusão, o suco de juçara diminuiu o parâmetro IEO imediatamente após o exercício e aumentou os parâmetros GSH e a relação GSH:GSSG 1h após o exercício, indicando que o suco de juçara pode contribuir para as respostas antioxidantes e, possivelmente, na recuperação do exercício. No entanto, indivíduos fisicamente ativos que desejam consumir o suco de juçara com a finalidade de recuperação durante a intensificação dos períodos de treinamento, precisam equilibrar o objetivo de promover a recuperação das sessões de treinamento com a atenuação da sinalização redox, necessária às adaptações fisiológicas induzidas pelo exercício. Futuras pesquisas devem examinar o uso do suco de juçara por um maior período de intervenção, em diferentes doses e em outras condições de exercício, a fim de investigar possíveis alterações nestes e em outros parâmetros bioquímicos, fisiológicos, bem como avaliar a recuperação e desempenho do exercício.

5. PROGRAMA DE INTERVENÇÃO NUTRIÇÃO E CULINÁRIA NA COZINHA AUMENTA OS CONHECIMENTOS CULINÁRIOS E A CONFIANÇA EM COZINHAR DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

BERNARDO, G. L.¹; FERNANDES, A. C.¹; JOMORI, M. M.³; COLUSSI, C. F.⁴; CONDRASKY, M. D.⁵; PROENÇA, R. P. C.⁶

¹ Professor do Departamento de Nutrição, Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), Núcleo de Pesquisas de Nutrição em Produção de Refeições (NUPPRE).

² Professor do Departamento de Nutrição e do Programa de Pós-Graduação em Nutrição, Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), Núcleo de Pesquisas de Nutrição em Produção de Refeições (NUPPRE).

³ Professor da Faculdade de Nutrição, Universidade Federal de Alagoas (UFAL), Núcleo de Pesquisas de Nutrição em Produção de Refeições (NUPPRE).

⁴ Departamento de Saúde Coletiva, Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), Florianópolis, Santa Catarina, Brasil

⁵ Department of Food, Nutrition, and Packaging Sciences, Clemson University, Clemson, Carolina do Sul, Estados Unidos da América.

⁶ Professor Voluntário do Programa de Pós-Graduação em Nutrição, Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), Núcleo de Pesquisas de Nutrição em Produção de Refeições (NUPPRE).

Palavras-chave: educação alimentar e nutricional; oficinas culinárias; impacto sustentado; promoção de saúde; universidade.

Introdução: O campus universitário pode representar um importante ambiente para a promoção da saúde. No Brasil, documentos oficiais destacam a importância do desenvolvimento da culinária para a promoção de hábitos alimentares saudáveis. Nesse contexto, destaca-se o programa Nutrição e Culinária na Cozinha (NCC), uma intervenção culinária desenvolvida no Brasil, que foi adaptado do programa estadunidense Cooking with a Chef (CWC).

Objetivos: Avaliar o impacto imediato e sustentado (6 meses) do programa Nutrição e Culinária na Cozinha na confiança em usar técnicas culinárias básicas e nos conhecimentos culinários de estudantes universitários. **Método:** Estudo de intervenção controlado, randomizado, com seguimento de 6 meses. Amostra de 82 universitários foi randomizada em grupo controle (GC) e grupo

intervenção (GI). O GI participou do programa NCC durante 2 meses, por meio de cinco oficinas culinárias e uma oficina de seleção e compra de alimentos em mercado popular, com duração de 3 horas/oficina. Um questionário adaptado culturalmente e validado para o Brasil foi autopreenchido em formulário online antes (T1), logo depois (T2) e 6 meses após (T3) à intervenção. Para avaliar a confiança culinária utilizou-se escala de autoeficácia, do tipo Likert de cinco pontos, e para os conhecimentos culinários escala de nível de conhecimento. Utilizou-se Chi-quadrado, Test-t e Mann-Whitney para comparar os grupos no baseline. Teste t pareado foi usado para análises intragrupos. Para análises entre grupos utilizou-se análise de covariância (ANCOVA) e modelo de regressão linear com ajuste para os desfechos no baseline. O trabalho foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da UFSC. **Resultados:** Completaram o questionário nos três momentos 76 estudantes. Os grupos foram semelhantes no baseline. Houve aumento na confiança em utilizar técnicas culinárias básicas ($p < 0,001$) e nos conhecimentos culinários ($p < 0,001$) no GI e este efeito foi sustentado no T3. Os resultados foram semelhantes no modelo ajustado, indicando que as mudanças ocorridas no GI foram efeito da intervenção, quando comparados ao GC. **Conclusões:** A intervenção culinária foi efetiva para aumentar as habilidades culinárias dos estudantes. Intervenções culinárias são importantes em todas as etapas da vida para propiciar práticas alimentares mais saudáveis. Assim, esses resultados podem fomentar políticas públicas nacionais de promoção à saúde.

6. QUAIS CARACTERÍSTICAS OS CONSUMIDORES ADULTOS DE FLORIANÓPOLIS OBSERVAM NOS RÓTULOS DE ALIMENTOS INDUSTRIALIZADOS?

MÜLLER, J.¹ ; UGGIONI, P. L.²

¹ Mestre Programa de Pós-Graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina

² Professor do Programa de Pós-Graduação em Nutrição e do Departamento de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina

Introdução: A embalagem, dentre outras funções, destina-se a fornecer informações aos consumidores. Frequentemente veiculam diferentes estratégias de marketing como imagens, selos, alegações em saúde, entre outras, atingindo o consumidor no momento da compra. **Objetivo:** Investigar quais características os consumidores adultos da grande Florianópolis observam nos rótulos de alimentos industrializados. **Metodologia:** Foram realizados 9 grupos focais conduzidos por uma moderadora e acompanhado por um observador. Para de inclusão nos grupos os participantes deveriam ser adultos, moradores da grande Florianópolis, realizar compras em de alimentos e não ter formação em nutrição. Foi questionado aos participantes quais características mais observam nos rótulos dos alimentos que compram. A conversa foi gravada, transcrita em verbatim e submetida a análise de conteúdo. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (parecer 1.053.080). **Resultados:** Participaram 44 consumidores, de 20 a 58 anos, 23 do sexo feminino. Os temas mais abordados pelos consumidores foram: informação nutricional; composição do alimento; experiências prévias; apresentação da embalagem; preço e conservação da embalagem. Quanto à informação nutricional os principais itens referidos foram o sódio e as calorias, especialmente quando relacionados à saúde. Contudo, muitos participantes ressaltaram não atentar à informação nutricional, sobretudo pela dificuldade de sua compreensão. Quanto à composição do alimento, foi referido observar a ordem dos ingredientes na lista e a presença de ingredientes indesejados. Quanto às experiências prévias, os participantes referiram comprar alimentos da mesma marca por conhecer a qualidade e o sabor e pela confiança nela. Em relação à apresentação da embalagem, foram citadas cores, letras, fontes e imagens utilizadas, além da preferência por embalagens transparentes para visualizar o produto. O preço e

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
XIII Semana Científica da Nutrição
24 a 29 de setembro de 2018

o custo-benefício também foram referidos como importantes no momento da compra. Em relação à conservação do alimento, foi mencionada a integridade da embalagem e a data de validade. **Conclusões:** Mediante os resultados, reforça-se a importância de programas que visem a educação dos consumidores para entendimento dos rótulos e a implementação de rótulos mais compreensíveis. Assim, os rótulos tornam-se instrumentos de educação alimentar e possibilitam aos consumidores escolhas alimentares conscientes e saudáveis.

7. PERCEPÇÃO DO CONSUMIDOR DE ALIMENTOS EM RELAÇÃO ÀS ALEGAÇÕES DE CASEIRO, TRADICIONAL E OUTRAS SIMILARES EM RÓTULOS DE ALIMENTOS INDUSTRIALIZADOS

MÜLLER, J.¹; UGGIONI, P. L.²

¹ Mestre pelo Programa de Pós-Graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina

² Professor do Programa de Pós-Graduação em Nutrição e do Departamento de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina

Introdução: Terminologias como caseiro, tradicional e similares vêm sendo inseridas nos rótulos de alimentos comercializados no Brasil, mas não estão previstas na legislação vigente. Segundo a RDC nº 259/2002, os rótulos não devem conter denominações ou ilustrações que possam induzir o consumidor ao erro em relação à verdadeira natureza, composição, procedência ou qualidade, além de não atribuir propriedades que não possam ser demonstradas. **Objetivo:** Investigar a percepção de consumidores adultos da grande Florianópolis em relação aos alimentos industrializados com terminologias de caseiro, tradicional e similares. **Metodologia:** Foi realizado um grupo focal conduzido por uma moderadora e guiado por um roteiro semiestruturado com perguntas relativas às terminologias presentes em rótulos de alimentos industrializados comercializados em um supermercado de Florianópolis: caseiro, tradicional, original e idade da marca. Os participantes deveriam ser adultos, moradores da grande Florianópolis, realizar compras de alimentos e não ter formação em nutrição. A conversa foi gravada, transcrita em verbatim e submetida a análise de conteúdo. A pesquisa foi aprovada pelo CEPESH/UFSC (parecer 1.053.080). **Resultados:** Participaram da pesquisa 6 adultos entre 21 e 56 anos, 4 do sexo feminino. Segundo os participantes, “caseiro” remeteu a um alimento natural, sem aditivos alimentares. Referiram que o sabor e os ingredientes desses alimentos costumam ser diferentes do que esperam de alimentos caseiros. Dois indivíduos relataram se sentir influenciados pela presença do termo na compra, mas não pagariam a mais pelo alimento. “Tradicional” relacionou-se a um alimento padrão que possui outras variações (ex: sabor tradicional), podendo ainda expressar tradição do alimento. Referiram que o termo pode influenciar na compra, mas não pagariam a mais pelo alimento. “Original” remeteu à primeira marca a lançar o produto, sugerindo qualidade e confiança. Todos referiram que o termo pode

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
XIII Semana Científica da Nutrição
24 a 29 de setembro de 2018

influenciar na compra e pagariam a mais pelo alimento. A idade da marca relacionou-se a uma marca sólida no mercado, confiável e de qualidade. Todos referiram que a palavra pode influenciar na compra e pagariam mais pelo alimento. **Conclusão:** De acordo com os achados, a presença dos termos nos rótulos dos alimentos pode influenciar no momento da compra, mostrando-se necessário elaborar e implementar critérios de utilização dos termos, visando o direito do consumidor à informação adequada, clara e concisa.

8. COMPORTAMENTO CULINÁRIO DE ESTUDANTES INGRESSANTES DE UMA UNIVERSIDADE PÚBLICA BRASILEIRA: RELAÇÃO COM CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS, ALIMENTARES E CULINÁRIAS

SILVA, M. V.¹; BERNARDO, G. L. ²; BORBA, P. T.³; UGGIONI, P. L.⁴; JOMORI, M.M.⁵; ROCKEMBACH, G.⁶; PROENÇA, R. P. C.⁷; FERNANDES, A. C.⁸

¹ Aluna do Programa de Pós-graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina

² Professora do Departamento de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina

³ Aluna do Programa de Pós-graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina

⁴ Professora do Departamento de Nutrição e do Programa de Pós-graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina

⁵ Professora da Faculdade de Nutrição da Universidade Federal de Alagoas

⁶ Professora do Departamento de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina

⁷ Professora do Programa de Pós-graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina

⁸ Professora do Departamento de Nutrição e do Programa de Pós-graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina

Universitários ingressantes são um público caracterizado por transições que podem levar a hábitos alimentares menos saudáveis. Estudos associam maior frequência de refeições preparadas em casa com maior escore de habilidades culinárias e melhores escolhas alimentares. As habilidades culinárias podem refletir no comportamento culinário, definido como frequência com que se preparam diferentes tipos de preparações culinárias utilizando técnicas culinárias básicas e com que se realizam refeições fora de casa. O comportamento culinário ainda pode ser influenciado por características como sexo, graduação ou saber cozinhar, mas não foram encontrados dados nacionais sobre essas relações. Assim, o objetivo do estudo foi caracterizar e relacionar o comportamento culinário com características sociodemográficas, alimentares e culinárias de estudantes universitários ingressantes de uma universidade do sul do Brasil. Trata-se de estudo quantitativo e transversal,

com amostra representativa de 766 universitários. Os dados foram coletados por questionário on-line validado, em pesquisa aprovada por Comitê de Ética. A associação entre as medianas dos escores de comportamento culinário, em escala de Likert de 1 a 5, e as características dos estudantes foi verificada por testes de Mann-Whitney e Kruskal-Wallis. A amostra era de 60% sexo feminino, idade média $21 \pm 5,6$ anos, 44% moravam com pais ou avós, 72% referiram saber cozinhar e dispunham de 1 a 3 horas diárias para cozinhar. A mediana do comportamento culinário em casa (3,07) foi maior do que fora de casa (2,25). Foram encontradas maiores medianas de comportamento culinário em casa para sexo feminino (3,17) comparado ao masculino (3,00); disponibilidade de tempo para cozinhar acima de 1 h (3,17) comparado a menos de 1 h (2,67); entre os que referiram saber cozinhar (3,17), comparado aos que não sabiam (2,83), que faziam a principal refeição em casa (3,33) comparados aos demais (2,83). As medianas para fora de casa foram maiores para sexo masculino (2,40) ao feminino (2,2), que referiram não saber cozinhar (2,40) aos que sabiam (2,2), que aprenderam a cozinhar com fontes diferentes de família (2,40) comparados ao restante (2,00) e faziam a principal refeição fora de casa (2,60) aos que faziam em casa (2,00). O comportamento culinário do universitário brasileiro é maior dentro de casa e as características pessoais e demográficas associadas podem auxiliar o planejamento de ações e políticas que incentivem essa prática.

9. AVALIAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL DO CARDÁPIO CÍCLICO MENSAL DE UMA PRÉ-ESCOLA

JORGE, S¹, FARIAS, J.P², OLIVEIRA, C. P.²

¹ Professor do Departamento de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina

² Aluno de graduação do curso de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina.

As raízes de doenças crônicas em adultos (...) com frequência têm sua base na infância (...) como a obesidade (KRAUSE, 2013). O objetivo deste trabalho é avaliar a oferta de alimentos e nutrientes no cardápio cíclico mensal permanente de uma pré-escola para crianças de 1 a 3 anos. Acompanhou-se a produção das refeições durante o período matutino e registrou-se o modo de preparo, o tipo e a quantidade de ingredientes de 86(45 diferentes) preparações oferecidas durante o período de um mês de cardápio produzido ciclicamente. Elaboraram-se fichas técnicas de preparo utilizando a tabela TACO (2006) para nutrientes em 100g. Organizaram-se as preparações conforme cardápio em tabela do Excel, e obteve a adequação de 28 nutrientes (6 sub frações) oferecidos, considerando 35% (FNDE, 2009) das necessidades (DRIs, 2006) tendo como referência uma criança de 1,6 anos, peso 10,35kg, altura 80,7cm (WHO). Os pontos de corte foram a EAR como preconiza ILSE (2001) para cardápios planejados. Os resultados mostram percentuais de nutrientes com adequação baixa, sendo eles 86,3% (LIP sendo 34,5% n-3 e 42,3% n-6); 73,5% (FA); 56,9 % (Ca); 38,6% (K); 38,0% (Se); 8,1% (B7); 19,5% (B5); 6,4% (D); 46,5 % (E). A média do % alcançado para demais nutrientes foi 104,1% (energia); 116,8% (PTN sendo 207,6 % Lis.;288,1% Met/Cis.; 276,0% Treon.; 374,1% Tript.); 119,1% (CH); 217,1% (Mg); 160,5% (Mn); 146,7% (P); 141,8 % (Fe); 94,1% (Na); 238,5% (Cu); 184,0% (Zn); 123,9% (I); 102,8% (A); 129,6% (B1); 123,3% (B 2); 111,7% (B 3); 108,1% (B 6); 153,5% (B 9); 658,1% (C); 140,4% (K). Os resultados mostram que ferramentas quantitativas, fatores socioculturais, experiência e capacitação profissional devem se unir para construção de cardápios pré-escolares cíclicos (fixos).

10. AVALIAÇÃO DE TEOR DE AÇÚCARES E ACEITAÇÃO DE PREPARAÇÕES MENOS DOCES EM UM CARDÁPIO MENSAL CÍCLICO DE UMA PRÉ-ESCOLA

JORGE, S¹, ANTUNES, L. C. F², OLIVEIRA, C. P.²

¹ Professor do Departamento de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina

² Aluno de graduação do curso de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina.

A OMS (2015) estabelece que os açúcares livres devam ser reduzidos em 10% do VCT. O objetivo do trabalho foi conhecer, analisar, implantar estratégias para o uso adequado de açúcares livres (A.L) nas preparações do cardápio de uma pré-escola. Através da análise do cardápio cíclico de um mês, oferecido às crianças, foi verificada a presença de alimentos industrializados e de preparações com sabor predominantemente doce (PPD) com presença de A.L. A composição das PPD com presença de A.L foram estudadas pesando todos os ingredientes. Os dados foram analisados, considerando 10% o máximo das calorias como A.L (OMS, 2015) em um dia. Foi elaborada uma preparação de cada tipo (sucos, bolos, achocolatados, café com leite e sobremesa) com 10% de calorias vindas de A.L e foram aplicados testes de aceitação (escala hedônica simplificada) com oito adultos trabalhadores. Encontrou-se 503 alimentos/preparações (A/P), onde 21% (especialmente lanches) possuíam A.L e 18% eram naturalmente doces. Encontrou-se 18 tipos ofertados até 32 vezes no cardápio. Bolos, café com leite e achocolatados continham cerca de 20 a 30% de calorias em A.L., sobremesas 57% e suco 96%. Os dados mostram que o bolo de cenoura (com 19,4% red. em sacarose) foi bem aceito (100%). A aceitação de preparações adaptadas a 10% de A. L. (redução de sacarose em 58% na calda de chocolate; 18,97% no café com leite; 12,2% no leite com chocolate; 86% no suco de limão; 47,1 % no sagu) foram satisfatórios para a maioria das preparações. Conclui-se que é possível reduzir A.L. em preparações rotineiras, mas é necessário trocar A/P (com alto % de açúcares), rever proporção de ingredientes em bebidas e reduzir gradativamente em formulações (bolos).

11. ESTUDO DA ADEQUAÇÃO NUTRICIONAL DE CARDÁPIO MENSAL PARA BERÇÁRIO NO SUL DO BRASIL

JORGE, S¹, CHECHI, L. I. R.², OLIVEIRA, C. P.²

¹ Professor do Departamento de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina

² Aluno de graduação do curso de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina.

Planejar cardápios para bebês é um desafio. O trabalho teve como objetivo planejar, calcular e analisar 20 dias de cardápio (almoço e lanche matutino, de custo médio baixo e cíclico) a ser implantado em um berçário. Planejou-se um cardápio e calculou-se sua adequação. Considerou-se como referência uma criança tipo de 9 meses (p.m 6 -12 meses), com peso ideal (OMS, 2009); valores médios de N. E. para 8-11 meses (OMS, 1998), DRIs-RDAs/EARs para 7-12 meses (IOM, 2005) entre sexo M e F, buscando ofertar 45% das DRIs, 2006 (FNDE, 2009). Os resultados mostraram Vit. A 140 de 225 (ug/dia); Vit. D 1,6 de 2,25 (ug/dia) (sem exposição solar); Cálcio 57 e 121,5 (mg/dia) (sem aleitamento materno e/ou desjejum em casa); Iodo 0,1 de 58,5 (mg/dia) e Sódio 104 de 166 (g/dia) (sem adição de sal); Selênio 1 de 9 (mg/dia); Ácido linoleico 1,3 de 2 (g/dia); Ácido linolênico 0,16 de 0,2 (g/dia); Ferro 2 de 4,95 (mg/dia) estando abaixo das DRIs, mesmo com direcionamento alimentar. Dos itens analisados 12 apresentaram valores semelhantes às DRIs e alguns elevados (Vit K 51 de 1,1 (mg/dia), Folato 131 de 36 (ug/dia), Magnésio 72 de 33,75 (mg/dia), Fósforo 190 de 123,75 (mg/dia), Potássio 605 de 315 (g/dia). O planejamento de cardápios com cálculo de nutrientes foi eficaz para mostrar pontos frágeis na adequação, direcionando o uso de alimentos estratégicos dentro das condições socioculturais.

12. CÁLCULO E ANÁLISE DE DIETAS VEGANAS E OVO-LACTOVEGETARIANAS E PROPOSTAS DE PLANOS ALIMENTARES

JORGE, S¹, SILVA, A²

¹ Professor do Departamento de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina

² Aluno de graduação do curso de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina.

Este trabalho objetivou planejar, calcular e analisar os dias alimentares de veganos e ovo-lactovegetarianos com diferentes valores calóricos (1500, 1800, 2000, 2200 e 2500 kcal) e propor planos alimentares baseados nas quantidades de porções dos grupos alimentares encontradas nestes, e assim auxiliar na orientação em terapia nutricional em ambulatório de pacientes vegetarianos e no futuro, poder construir um guia alimentar. Foram calculados 25 dias alimentares ovo-lactovegetarianos e 25 veganos, utilizando alimentos da cultura sul brasileira. Foram analisados 30 nutrientes, dando maior atenção à oferta do ferro, cálcio, zinco e ômega-3, considerando que estes nutrientes são restritos em dietas vegetarianas. Foram utilizados dados da composição de alimentos da Tabela TACO (2012) e da base de dados da USDA (2016) para composição de alimentos e as recomendações nutricionais DRI's (IOM, 2006; 2011) para analisar o alcance das necessidades nutricionais conforme estabelece Ilsi (2001). Os resultados mostram que o percentual de alcance dos valores pretendidos (RDA ou AI) dos nutrientes restritos para as diferentes dietas e valores calóricos foram de 77% a 131% para o cálcio, de 90% a 148% do ômega-3. As recomendações de ferro e zinco respectivamente alcançaram percentuais de 51% a 74% e de 58% a 97% (considerando DRIS para vegetarianos). Para dietas ovo-lactovegetarianas e veganas com 2000 kcal a média dos grupos alimentares foi respectivamente de 4 e 5 porções de cereais, tubérculos e raízes; 3 e 6 porções de leguminosas; 3 e 4 porções de frutas; 7 e 9 porções de legumes e verduras; 1 e 1 porção de óleos e gorduras; 4 e 6 porções de sementes oleaginosas; 1 e 0 porção de ovos; 2 e 0 porções de leite e derivados. As porções de alimentos dentro dos grupos alimentares neste estudo diferiram das porções propostas pela SVB (2012) e pela Universidade de Loma Linda (2008) principalmente pela quantidade reduzida de porções do grupo dos cereais, tubérculos e raízes (6-7/4-5); do grupo dos óleos (2/1); e aumentada do grupo das leguminosas (2-4,5/4-6); grupo das verduras e legumes (3-8/7-9); e grupo das sementes oleaginosas (0-2/4-6). Este trabalho

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
XIII Semana Científica da Nutrição
24 a 29 de setembro de 2018

sobre adequação de dietas com definição de porções dos grupos alimentares pode ajudar a direcionar e entender qual quantidade de alimentos e preparações deve ser indicada na ingestão de dietas vegetarianas, sobretudo a vegana.

13. CÁLCULO E ANÁLISE DE DIETAS VEGANAS PLANEJADAS PARA INDIVÍDUOS, APÓS ADAPTAÇÃO DA DIETA DE JOVENS ONÍVOROS: ALCANCES E LIMITES EM RELAÇÃO ÀS DRIs

JORGE, S¹, SILVA, A², OLIVEIRA, C. P.²

¹ Professor do Departamento de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina

² Aluno de graduação do curso de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina.

Segundo a ADA (2016), dietas planejadas são essenciais. Por isso, ferramentas que ajudam a planejar e direcionar a adequação da dieta às recomendações nutricionais vigentes são essenciais. Conhecer os alcances e limitações de dietas planejadas quanto à recomendação de nutrientes (DRIs, 2006) em dietas veganas, para jovens. N oito jovens estudantes do curso de Nutrição da UFSC treinadas em cálculo e análise de dietas foram convidadas a registrar sua ingestão alimentar de três dias (dieta onívora) e em seguida simular a adoção de dieta vegana, adequando-as o melhor possível as DRIs 2006. A dieta foi estudada para 38 nutrientes, necessários a um indivíduo do sexo feminino de 19 a 30 anos, 1,60m, 53kg e VET de 2065,5 kcal/dia segundo EER, DRIs 2006. As dietas foram revisadas e readequadas por pessoal treinado em cálculo e análise de dietas. A composição de alimentos foi obtida da tabela TACO e tabelas USDA, ENDEF, IBGE, ABRAN e Guilherme Franco. As porções e valores de peso e volume foram obtidas com auxílio da tabela Pinheiro (2006). Foram adotados pontos de corte conforme ILSE, 2001, considerando valores para planejamento de dietas para indivíduos (RDA, AI e UL). Abaixo da recomendação da RDA estavam 10 micronutrientes, sendo destes abaixo da EAR vitamina B12, vitamina D, B5* e B7* (com valores restritos para alguns alimentos), B2, Ferro, Zinco. Entre a EAR e RDA foram encontrados valores para Cálcio, B3, Vitamina E (limítrofe à RDA). Para macronutrientes, a dieta ficou excedente em lipídeos, especialmente poliinsaturados, ômega 6 e 3 (embora ótima relação alcançada de 4:1). As frações lipídicas estavam reduzidas (menor que RDA) em monoinsaturados e ácidos graxos saturados. Os demais macronutrientes foram alcançados, assim como todos os aminoácidos analisados. A porção proteica tendeu ao limite inferior assim como os carboidratos ao limite superior. A dieta constituiu-se predominantemente de grãos integrais, leguminosas, frutas, legumes e verduras in natura. Os dados mostram similaridade com os estudos científicos

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
XIII Semana Científica da Nutrição
24 a 29 de setembro de 2018

que chamam a atenção para os nutrientes restritos em dietas veganas, como Fe, Zn, especialmente a vitamina D e B12. Ainda, o estudo mostra que a atenção deve ser dada as demais vitaminas do complexo B (B2). A fração lipídica ômega 3 foi alcançada pelo uso de linhaça e chia na dieta. O estudo contribui para direcionar nutrientes em alimentos de modo a alcançar as recomendações em dietas veganas.

14. DETERMINAÇÃO DA DESNUTRIÇÃO POR MEIO DE DIFERENTES PARÂMETROS DA IMPEDÂNCIA BIOELÉTRICA EM PACIENTES SUBMETIDOS À HEMODIÁLISE

SILVA, A. T.¹; ABREU, A. M.¹, MARTINS, M. L.², WAZLAWIK, E.³

¹ Doutoranda do Programa de Pós-Graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina.

² Mestranda do Programa de Pós-Graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina.

³ Professora do Departamento de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina

Introdução: A análise por impedância bioelétrica (BIA) é difundida na literatura científica como ferramenta diagnóstica de alterações na composição corporal que se baseia no princípio de que os tecidos corporais oferecem diferentes oposições à passagem da corrente elétrica. **Objetivo:** Verificar a prevalência de desnutrição por meio da análise vetorial da impedância bioelétrica (BIVA) e dos parâmetros da BIA: resistência/altura (R/H) e impedância/altura (Z/H) em pacientes submetidos à hemodiálise (HD). **Método:** Estudo transversal realizado em duas clínicas de Nefrologia da região de Florianópolis. A BIA foi realizada para a obtenção das medidas de R e Xc, utilizando-se um equipamento portátil tetrapolar, com corrente elétrica de intensidade de 800 μ A e com frequência simples de 50 kHz. Para as análises a partir dos parâmetros da BIA, os valores de resistência (R) e reatância (Xc) foram utilizados para cálculo da impedância (Z) e em seguida foram padronizados para a altura de cada paciente. Para as análises estatísticas foram utilizados os softwares BIVA 2002 e Stata versão 11.0. **Resultados:** Foram avaliados 101 pacientes (60 homens), média de 53,5 \pm 15,7 anos e tempo de HD de 3 meses a 40 anos (mediana 40 meses). Quase um terço (n=28; 28%) tinha idade superior a 65 anos. A BIVA é apresentada na Figura 1. A média do vetor das mulheres esteve localizada próxima a elipse de tolerância de 75 %, no quadrante inferior à direita (desnutridos). A média vetorial dos homens esteve localizada próxima à elipse de 95% do quadrante inferior à direita (desnutridos) (1.B). Por meio do gráfico RXc foi diagnosticado 71,6% (n=43) de desnutrição nos homens (1.C) e 51,2 % (n=21) nas mulheres (1.D). A prevalência de desnutrição quando avaliada pelos parâmetros da BIA (R/H e Z/H) tendo como base os dois pontos de corte estabelecidos especificamente para esta população (homens- R/H \geq 330,05 ohms/m; Z/H \geq 332,71 ohms/m e mulheres- R/H: \geq 420,92 ohms/m; Z/H: \geq 423,19 ohms/m) foi de 56,7% (n=34) nos homens e nas mulheres de 53,7% (n=22). **Conclusão:** Por meio da BIVA foi diagnosticada 71,6 % de desnutrição nos homens e 51,2% nas mulheres e pelos parâmetros R/H e Z/H foi, respectivamente, 56,7% e 53,7%, sendo elevada em ambos os sexos. A identificação dos pacientes desnutridos é fundamental para que possam ser

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
XIII Semana Científica da Nutrição
24 a 29 de setembro de 2018

tratados o mais rapidamente possível, a fim de minimizar o surgimento de complicações clínicas e reduzir a mortalidade.

15. RELAÇÃO DO ÍNDICE DE RISCO NUTRICIONAL GERIÁTRICO E AVALIAÇÃO SUBJETIVA GLOBAL EM PACIENTES IDOSOS COM DOENÇA RENAL CRÔNICA SUBMETIDOS À HEMODIÁLISE.

ABREU, A. M.¹, MARTINS, M. L.², SILVA, A. T.¹; WAZLAWIK, E.³

¹ Doutoranda do Programa de Pós-Graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina.

² Mestranda do Programa de Pós-Graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina.

³ Professora do Departamento de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina

Introdução: A população idosa submetida à hemodiálise (HD) encontra-se mais vulnerável a prejuízos e agravos do estado nutricional, principalmente devido ao aumento da depleção muscular desencadeado naturalmente pela idade. Ferramentas de avaliação nutricional, direcionadas especificamente a este público, são necessárias para nortear condutas nutricionais. Assim, destaca-se o Índice de Risco Nutricional Geriátrico (IRNG), calculado a partir do peso estimado e albumina sérica, considerado de fácil e rápida execução. A Avaliação Subjetiva Global (ASG) é bem estabelecida na rotina hospitalar, devido à sua praticidade e acurácia de diagnóstico, sendo considerada outra útil ferramenta de diagnóstico nutricional. As ferramentas utilizadas para a avaliação nutricional de pacientes idosos em HD são escassas e há poucos estudos brasileiros realizados com o cálculo do IRNG ou relacionando-o com outra ferramenta, como a ASG. **Objetivo:** Investigar a correlação entre o IRNG e a ASG em pacientes idosos em HD. **Métodos:** Estudo transversal realizado em uma clínica de Nefrologia localizada em Florianópolis, Santa Catarina, Brasil. Foram avaliados 16 pacientes idosos (idade igual ou maior a 60 anos) portadores de doença renal crônica, realizando HD de manutenção (3 vezes/semana) por um período mínimo de 3 meses. Analisou-se a correlação entre o IRNG e a ASG com o teste estatístico de correlação de Pearson. O ponto de corte adotado pelo IRNG para determinar o risco de desnutrição foi <92. No diagnóstico nutricional pela ASG os indivíduos com pontuação 1 foram considerados nutridos e os com pontuações 2 ou 3 foram agrupados e considerados desnutridos. **Resultados:** A amostra teve representação homogênea entre os sexos (50% feminino e 50% masculino) e idade média de 63,5 anos (DP=±5,9). Observou-se uma pontuação média de 105.5 (DP=±15.75) pelo IRNG, sendo identificados como sem risco nutricional 81,25% (n=13) dos participantes. Segundo a ASG, 62,5% (n=10) estavam nutridos. Não houve diferença significativa de classificação do estado nutricional entre os sexos. A análise mostrou uma correlação negativa moderada (r=-0,56) significativa entre as duas ferramentas de avaliação nutricional (p=0.02). **Conclusão:** Foi encontrada uma correlação moderada

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
XIII Semana Científica da Nutrição
24 a 29 de setembro de 2018

entre a AGS e o IRNG. Considerando a escassez de ferramentas específicas para a população idosa em HD, o IRNG pode ser considerada uma avaliação prática e rápida para uso na rotina clínica.

16. CONSUMO ALIMENTAR DE PACIENTES SUBMETIDOS À HEMODIÁLISE EM FLORIANÓPOLIS/SC

GIARETTA, A.G¹; SILVA, A.T²; SILVEIRA, T.T³; OLIVEIRA, M.V⁴; PATRÍCIO, M.J⁵; SILVA, E.L⁶; WAZLAWIK, E⁶

¹ Doutora pelo Programa de Pós- Graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina.

² Doutoranda do Programa de Pós- Graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina.

³ Mestranda do Programa de Pós- Graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina.

⁴ Bacharel em Farmácia pela Universidade Federal de Santa Catarina.

⁵ Bacharel em Nutrição pela Universidade Federal de Santa Catarina.

⁶ Professor do Programa de Pós- Graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina

Introdução: Pacientes em hemodiálise (HD) tendem a apresentar uma redução na ingestão alimentar e, conseqüentemente, uma inadequação no consumo de macro e micronutrientes. Diante disto, é importante investigar como está distribuído o consumo alimentar nos dias com e sem HD, a fim de que possam ser propostas intervenções nutricionais para esses pacientes.

Objetivo: Verificar se há diferença no consumo de nutrientes entre um dia sem HD (SHD), um dia com HD (CHD) e um dia de final de semana (FS) em pacientes submetidos à HD. **Métodos:** O consumo alimentar foi avaliado por nutricionista por meio de 3 recordatórios de 24h, sendo 1 SHD, 1 CHD e 1FS. Para avaliar as diferenças entre os dias, foi utilizado ANOVA One-Way para medidas repetidas, e post hoc de Bonferroni ($p < 0,05$). Foram utilizados os softwares Dietwin e Stata versão 11.0 para as análises. **Resultados:** Foram avaliados 16 pacientes em duas clínicas de nefrologia da região de Florianópolis/SC, sendo 62,5% homens, com idade média de $54,4 \pm 11,5$ anos. Não houve diferença entre os três dias no consumo de: energia (kcal), carboidratos (g), lipídeos totais (g), proteínas (g), gorduras saturadas (g), monoinsaturadas (g) e poliinsaturadas (g); colesterol total (mg), açúcar total (g), vitaminas A, D, C, E, B12 (mg), cálcio (mg) e zinco (mg). No entanto, o consumo de potássio (mg) (SHD:1654,02±517,45; CHD:2202,42±1413,32; FS:1469,08±549,79; $p=0,02$), magnésio (mg) (SHD:179,24±52,31; CHD:275,34±150,32; FS:171,29±72,46; $p=0,004$), selênio (mcg) (SHD:59,04±38,58; CHD:111,29±77,28; FS:72,93±50,39; $p=0,04$), fósforo (mg) (SHD:786,32±305,43; CHD:1177,58±797,95; FS:788,8±277,29; $p=0,0388$) e fibras (g) (SHD:12,6±5,6; CHD:16,32±9,27; FS:10,14±4,04, $p=0,04$) foram significativamente maiores nos dias em que os pacientes realizaram HD, quando comparados com os outros dois dias avaliados. Por outro lado, consumo de sódio (mg) foi menor no final de semana em relação aos outros

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
XIII Semana Científica da Nutrição
24 a 29 de setembro de 2018

dias (SHD:2322,05±909,32; CHD:2365,72±2163,32; FS:1509,39±672,38; p=0,01). **Conclusão:** A diferença no consumo alimentar dos dias CHD em relação aos demais, pode ser, devido ao fato de que nos dias de diálise, os pacientes apresentam uma maior liberdade em sua dieta, fazendo refeições e/ou lanches fora do domicílio, além do que é oferecido nas clínicas de nefrologia. Deve ser dada atenção aos nutrientes que devem ser limitados por estes pacientes, como o sódio, o fósforo e o potássio, para propiciar maior controle por parte dos pacientes.

17. AVALIAÇÃO DE INDICADORES BIOQUÍMICOS DE DEPRESSÃO E ANSIEDADE EM INDIVÍDUOS COM DIAGNÓSTICO DE OBESIDADE MÓRBIDA SUPLEMENTADOS COM PREBIÓTICO OU SIMBIÓTICO- ENSAIO CLÍNICO RANDOMIZADO, PLACEBO-CONTROLADO E TRIPLO CEGO

BORGES, D.S.B.¹; FERNANDES, R.²; LIMA, L.P.³; JONCK, V.⁴; TRINDADE, E.B.S.M.⁵; SANTOS, A.R.S.⁶

¹ Aluna de doutorado do Programa de Pós-Graduação em Neurociências da Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC

² Professor do Departamento de Nutrição da Universidade Federal da Grande Dourados – UFGD

³ Aluna de mestrado do Programa de Pós-Graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC

⁴ Aluna da Graduação do curso de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC

⁵ Professor do Departamento de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC

⁶ Professor do Departamento de Ciências Fisiológicas da Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC

Palavras-chave: Obesidade. Depressão. Ansiedade. Prebiótico. Simbiótico.

Introdução: Na obesidade é observado um distúrbio neuroendócrino que pode estar associado com transtornos psiquiátricos, como a depressão e a ansiedade. Nesta inter-relação a hiperativação do eixo hipotálamo-pituitária-adrenal, com o envolvimento das glândulas tireoide e paratireoide, são mantidas e até mesmo intensificadas pela inflamação crônica de baixo grau, estresse oxidativo e deficiência vitamínica encontrados em indivíduos obesos. Neste sentido, a recuperação e/ou manutenção da integridade da microbiota intestinal pode auxiliar no restabelecimento do equilíbrio neuroendócrino envolvidos na obesidade e transtornos psiquiátricos. **Objetivos:** Investigar os efeitos da suplementação

com prebiótico ou simbiótico em marcadores bioquímicos relacionados a depressão e ansiedade em indivíduos com obesidade mórbida. **Métodos:** Foi realizado um ensaio clínico randomizado, placebo-controlado, triplo cego, com indivíduos com obesidade mórbida, em que foi avaliada a concentração sérica de BDNF, TSH, PTH, PCR, vitamina D, vitamina B12 e ácido fólico, antes e após 30 dias de suplementação com prebiótico ou simbiótico. **Resultados:** Foi observada redução nas concentrações séricas de BDNF no grupo suplementado com prebiótico, comparado consigo mesmo no momento basal e com os demais grupos após 30 dias de intervenção. Este mesmo grupo demonstrou aumento nas concentrações séricas de TNF- α do momento basal ao momento após intervenção. **Conclusão:** Indivíduos obesos apresentam um estado inflamatório crônico de baixo grau que pode correlacionar-se a alterações neuroendócrinas características da depressão e ansiedade. A recuperação da microbiota intestinal pode auxiliar na comunicação intestino-cérebro e assim no equilíbrio da emocionalidade nestes indivíduos.

18. EFEITOS DA SUPLEMENTAÇÃO COM PREBIÓTICOS OU SIMBIÓTICOS EM INDICADORES BIOQUÍMICOS RELACIONADOS À DEPRESSÃO E ANSIEDADE EM INDIVÍDUOS ADULTOS COM SOBREPESO OU OBESIDADE: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA COM META-ANÁLISE

BORGES, D.S.B.¹; FERNANDES, R.²; MELLO, A.T.³; FONTOURA, E.S.⁴; SANTOS, A.R.S.⁵; TRINDADE, E.B.S.M.⁶

¹ Aluna de doutorado do Programa de Pós-Graduação em Neurociências da Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC

² Professor do Curso de Nutrição da Universidade Federal de Grande Dourados – UFGD

³ Aluno de Graduação do curso de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC

⁴ Aluna de mestrado do Programa de Pós-Graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC

⁵ Professor do Departamento de Ciências Fisiológicas da Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC

⁶ Professor do Departamento de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC

Palavras-chave: Obesidade, depressão, prebiótico, simbiótico, marcadores inflamatórios. **Introdução:** O consumo de alimentos e, conseqüentemente, a manutenção do peso corporal, é regulado por complexos mecanismos neuroendócrinos e comportamentais, através da interação neuro-imune de estruturas centrais e periféricas. Alguns marcadores bioquímicos correlacionam-se positivamente com o desenvolvimento e gravidade da obesidade, depressão e ansiedade, podendo ser modulados pela composição da microbiota intestinal. **Objetivos:** Avaliar os efeitos de prebióticos ou simbióticos sobre a concentração sanguínea de ACTH, cortisol, leptina, grelina, TSH, PTH, vitamina D, BDNF e PCR em indivíduos com sobrepeso ou obesidade. **Métodos:** Foram utilizadas as bases de

dados PubMed, Web of Science, Scopus, e CENTRAL, bem como uma busca em referências dos estudos incluídos para a seleção de ensaios clínicos randomizados realizados em indivíduos com sobrepeso ou obesidade, suplementados com prebióticos ou simbióticos e que tenham avaliado algum dos desfechos de interesse. Todas as etapas de revisão sistemática foram realizadas por três pesquisadores independentes. O protocolo deste estudo está registrado na plataforma PROSPERO com número CRD42017078301. **Resultados:** Identificou-se 13 estudos publicados até 07 de março de 2018. Em relação aos desfechos, não foi identificado nenhum estudo que tenha avaliado as concentrações séricas de ACTH, cortisol, TSH, PTH, vitamina D e BDNF. Identificamos um estudo que avaliou as concentrações séricas de leptina, quatro que avaliaram grelina e dez que avaliaram PCR. Pela meta-análise evidenciamos redução nas concentrações séricas de grelina e PCR após a suplementação oral com frutanos do tipo inulina por período superior a 30 dias. **Conclusão:** Prebióticos podem auxiliar na regulação das concentrações sanguíneas de grelina e PCR em indivíduos com sobrepeso ou obesidade. Portanto, podem participar da regulação do distúrbio neuroendócrino e comportamental presente no sobrepeso ou obesidade e nas doenças emocionais. Estudos clínicos robustos devem ser conduzidos para examinar o possível efeito terapêutico de prebióticos em outros desfechos relacionados à depressão e ansiedade, como cortisol, ACTH, TSH, PTH, vitamina D e BDNF.

Resumos do Tema:
EXTENSÃO

1. AÇÕES DE NUTRIÇÃO EM CLÍNICAS DE HEMODIÁLISE

MARTINELLI, C.¹; SANTOS, M.F.S.¹; SILVA, A.T.²; WAZLAWIK, E.³.

¹ Aluna de graduação do curso de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina.

² Aluna do Programa de Pós-graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina.

³ Professora do Departamento de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina.

INTRODUÇÃO: O tratamento da doença renal crônica (DRC) necessita de controle dietético, sendo fundamental a educação em saúde. **OBJETIVOS:** Relatar a experiência do projeto de extensão “Ações de Nutrição a Pacientes com Doença Renal Crônica no SUS” por meio do qual são realizadas intervenções nutricionais educativas periódicas com pacientes em clínicas de hemodiálise (HD), da região de Florianópolis, SC. **MÉTODO:** As ações de nutrição visam melhorar a adesão à dieta e auxiliar no controle da DRC. Após treinamento prévio, são realizadas visitas periódicas às clínicas, seguindo-se um cronograma estabelecido em cinco encontros semanais, por grupo (cada turno, por clínica). Durante as sessões de HD são utilizados materiais informativos de caráter lúdico, como folders e jogos educativos específicos. Inicialmente é explicado e entregue folders referentes ao controle de sódio e potássio e fósforo e cálcio contidos nos alimentos, sendo abordado quanto às suas funções no organismo e como manter uma ingestão controlada. Na terceira semana iniciam-se as atividades lúdicas e de reforço das informações iniciais e realiza-se o jogo de perguntas e respostas. O paciente é convidado a responder questionamentos relacionados ao conteúdo dos encontros anteriores, o que permite detectar quanto à necessidade de reforçar determinadas informações pertinentes ao tratamento dietético. Na quarta semana é realizado o “jogo da vida”, abordando-se quesitos em relação ao autocuidado. Por exemplo, em cada “casa” do tabuleiro encontram-se dicas de alimentação e de hábitos saudáveis e alertas para atitudes prejudiciais ao tratamento. No quinto e último encontro é realizado um bingo, onde as cartelas são compostas de imagens de alimentos e informações importantes ao autocuidado. Após a aplicação dos materiais, os integrantes do projeto discutem as condutas adotadas e a forma de lidar frente às diferentes situações. **RESULTADOS:** Há a participação ativa dos pacientes, que

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
XIII Semana Científica da Nutrição
24 a 29 de setembro de 2018

interagem entre si e com os integrantes do projeto. Os pacientes apreciam a sua ocupação durante o procedimento de HD e têm interesse em aprender sobre as especificidades dietéticas características de sua condição. Para os estudantes, a oportunidade de interagir com os pacientes transcende conhecimentos técnicos, propiciando um tratamento humanizado.

CONCLUSÃO: As ações de extensão direcionadas a pacientes em HD, propiciam um retorno à sociedade e contribuem com a formação acadêmica do curso de graduação em Nutrição.

2. UTILIZAÇÃO DE REDE SOCIAL PARA VEICULAÇÃO DE INFORMAÇÕES SOBRE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO NO CUIDADO DE DIABETES MELLITUS

KOERICH, A. C. C.¹; DEZANETTI, T.¹; VENSKE, D. K. R.²

¹ Aluno de graduação do curso de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina.

² Professor do Departamento de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina

Introdução: As redes sociais se transformaram em uma potencial ferramenta para veiculação de informações. Na área da saúde, ressalta-se a possibilidade de uso para a promoção de estilo de vida saudável e a participação no tratamento e a prevenção de doenças crônicas atingindo um grande público, principalmente o público mais jovem que utiliza a internet para busca de informações e como meio de interação e comunicação. **Objetivos:** Neste contexto, o objetivo deste trabalho é levar informações sobre alimentação e nutrição no cuidado de Diabetes Mellitus (DM) de forma simples e prática, atingindo as pessoas que convivem com o diabetes, trabalham com o assunto ou tem curiosidade sobre, tornando as informações sobre o cuidado nutricional da doença mais acessíveis. **Método:** Criação de uma conta na rede social Instagram, com o título de “minha glicemia”, enfatizando a autonomia do paciente no cuidado nutricional para o controle da glicemia. Através da publicação periódica de textos curtos e com linguagem de fácil compreensão, associados a imagens representativas do tema e que possam atrair a atenção do usuário da rede para leitura das informações divulgadas. Elaboração de conteúdo nutricional para o cuidado com o DM, informação nutricional e receitas culinárias. **Resultados:** Em 6 meses de conta instagram foram realizadas 19 postagens com uma média de 80 “curtidas”; em cada uma. Em menos de 6 meses da criação a página já contava com mais de 1000 seguidores, que curtem, interagem nas publicações e tiram suas dúvidas sobre alimentação e nutrição no cuidado de diabetes mellitus. A maioria dos seguidores do perfil são pessoas com diabetes mellitus ou estudantes de nutrição que buscam mais informações sobre alimentação e nutrição no cuidado da doença. Através da rede social foi possível criar um vínculo mais próximo com pessoas diabéticas, observado através da interação com os usuários por meio do envio de dúvidas, elogios e críticas através do aplicativo.

Conclusão: Com a utilização da rede social para veiculação de informações de alimentação e nutrição no cuidado do DM, conseguimos alcançar mais pessoas, incluindo pessoas de localidades diferentes de Florianópolis, para além do público acompanhado em atendimento no ambulatório de DM. O que demonstra claramente que o uso consciente destas ferramentas viabiliza uma alternativa crescente e importante para veiculação de informações nutricionais coerente e seguras para o cuidado com o DM.

3. OFICINAS CULINÁRIAS PARA GRUPO DE DIABÉTICOS TIPO 1

DEZANETTI, T.¹; KOERICH, A. C. C.¹; VENSKE, D. K. R.²

¹ Aluno de graduação do curso de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina.

² Professor do Departamento de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina

Introdução: Desenvolver, exercitar e partilhar habilidades culinárias é o passo número 7 para uma alimentação saudável presente no Guia alimentar para a população brasileira (BRASIL, 2014). O ato de cozinhar tem uma grande importância para o desenvolvimento de hábitos saudáveis, pois conforme consumimos mais alimentos caseiros, diminuimos o consumo de alimentos industrializados e ultraprocessados que em grande parte são repletos de açúcar, sal, gordura e conservantes. Para quem tem diabetes tipo 1, a nutrição adequada ajuda tanto no gerenciamento da doença existente como na prevenção do desenvolvimento das complicações decorrentes. **Objetivos:** Despertar os pacientes para que eles exercitem habilidades culinárias, aprendam novas receitas saudáveis isentas de açúcar e consumam menos alimentos ultra-processados, sabendo identificar os ingredientes dispensáveis desses alimentos. **Método:** Realização semestral de uma aula prática no laboratório de técnica dietética com cerca de 15 receitas onde os pacientes recebem as instruções e ingredientes para a confecção das mesmas. Após o preparo, todos sentam a mesa para partilhar suas experiências na cozinha, conversar sobre os alimentos e a parte nutricional dos mesmos e também provar cada uma das preparações. **Resultados:** Através da realização dessa aula prática os pacientes além de adquirir e exercitar novas práticas culinárias, também partilham experiências sobre a doença com os demais participantes, a fim de compartilhar conhecimento e histórias sobre o Diabetes Mellitus. **Conclusão:** A realização de práticas que promovam Educação alimentar e nutricional é muito importante para que as pessoas desenvolvam hábitos alimentares mais saudáveis. As aulas práticas culinárias visam a garantia da qualidade de vida ao paciente, mostrando para ele alternativas viáveis para substituições de alguns alimentos repletos de açúcar ou alimentos refinados por outros, para que não haja comprometimento da sua saúde e também da

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
XIII Semana Científica da Nutrição
24 a 29 de setembro de 2018

sua vida social, como por exemplo, a participação em festas comemorativas como festa junina, aniversários e outros. Além disso, tratando-se de uma doença crônica não transmissível, é muito importante a criação de novos hábitos saudáveis para um melhor controle da doença, a fim de evitar complicações.

Referência: BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

4. RELATO DE EXPERIÊNCIA DE ATIVIDADE DE PREVENÇÃO DA DOENÇA RENAL E PROMOÇÃO DA SAÚDE

SANTOS, M.F.S¹; MARTINELLI, C¹; SILVA, A.T²; WAZLAWIK, E³

¹ Graduanda do curso de Graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina

² Doutoranda do Programa de Pós- Graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina.

³ Professora do Departamento de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina

Introdução: A prevenção da doença renal crônica (DRC) é fundamental numa realidade na qual 10% da população adulta brasileira apresenta algum tipo de comprometimento nos rins. **Objetivo:** Relatar as atividades realizadas em uma Semana de Pesquisa e Extensão (SEPEX) para fornecer à comunidade de Florianópolis acesso às informações de nutrição e saúde na prevenção de doenças renais, bem como no tratamento da DRC. **Metodologia:** No período de 19 a 21 de outubro de 2017 no estande denominado “Os Rins e a Nutrição” alunos do curso de graduação e pós-graduação em Nutrição forneceram informações de nutrição e saúde para a comunidade. Foram divulgados folders dos principais micronutrientes a serem controlados na DRC (potássio, sódio, fósforo e cálcio) e com informações para prevenção da doença. Foram divulgados jogos: cartela de bingo com alimentos ou itens para a dieta ou autocuidado no lugar de números; jogo de tabuleiro com informações para o controle dietético de forma interativa; jogo de perguntas e respostas com perguntas ilustradas relacionadas a alimentação na doença renal. Foram apresentados substitutos para o sal: especiarias, temperos secos e in natura, para que os participantes pudessem manipular e cheirar, recebendo assim estímulos sensoriais, que despertassem o interesse pelo uso destes em sua rotina alimentar. Foram apresentados também, banners de trabalhos referentes a estudos com ênfase na avaliação do estado nutricional de pacientes em hemodiálise e de atividades lúdicas de educação nutricional realizadas com a mesma população. **Resultados:** O público alvo foi composto pela comunidade regional sendo que, os participantes mostraram-se interessados em conhecer a doença renal, bem como as formas de prevenção. Destaca-se a motivação do público em conhecer novas formas de atribuir sabores à alimentação, para além dos já conhecidos e excessivamente utilizados: sal, gordura e aditivos químicos encontrados nos alimentos industrializados. O estímulo sensorial dos temperos também despertaram interesse e fizeram com que os participantes ficassem mais tempo no estande recebendo orientações de alimentação saudável. Para os alunos envolvidos no projeto, foi uma oportunidade de compartilhar o conhecimento com a comunidade. **Conclusão:** Quando se fala

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
XIII Semana Científica da Nutrição
24 a 29 de setembro de 2018

em doença renal é essencial trabalhar de forma preventiva, transpondo os muros da universidade, de forma a levar informações para a comunidade.