

PO96. CARACTERIZAÇÃO DA OFERTA ALIMENTAR DE MENUS PARA ESTUDANTES EM RESTAURAÇÃO PÚBLICA

Mariana Campos¹; Ada Rocha^{1,2}; Cláudia Viegas^{3,4}; Beatriz Teixeira^{1,5}; Cláudia Afonso^{1,5}

¹ Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto

² Centro de Investigação em Produção Agroalimentar Sustentável

³ Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa

⁴ Centro de Investigação, Desenvolvimento e Inovação em Turismo

⁵ Unidade de Investigação em Epidemiologia do Instituto de Saúde Pública da Universidade do Porto

INTRODUÇÃO: O consumo alimentar fora de casa é um importante determinante da saúde da população em geral e, em particular, dos estudantes, que recorrem à restauração pública nas imediações dos estabelecimentos de ensino.

OBJETIVOS: Caracterizar a oferta alimentar incluída nos menus para estudantes em restaurantes em Portugal.

METODOLOGIA: Estudo observacional transversal realizado em estabelecimentos de restauração pública em Portugal. Foram recolhidas as informações: características do estabelecimento de restauração, do menu estudante e dos itens que o compõem.

RESULTADOS: Em 138 restaurantes analisados em 31 cidades, existem em média $3,4 \pm 3$ opções por menu. A oferta de bebidas açucaradas é superior (69%) à oferta de água (42%). Apenas 10% dos menus incluem sopa e nenhum dos menos analisados inclui fruta. Relativamente à guarnição (elemento fornecedor de hidratos de carbono), em 68% das opções são servidas batatas fritas e quando existem hortícolas, estes são servidos sob a forma de salada. Apenas 20% das opções contêm a oferta de pescado, contrastando com 86% da opção de carne (35% de carne branca e 73% de carne vermelha). A opção vegetariana também é escassa, aparecendo em apenas 11% dos restaurantes. Em relação a todas as opções analisadas, apenas a disponibilidade de carne branca foi significativamente superior em Lisboa e Vale do Tejo em relação ao resto do país. A informação acerca de alérgenos é apresentada em 3,6% dos menus. Não foram encontradas diferenças com significado estatístico, considerando os diferentes tipos de estabelecimentos analisados.

CONCLUSÕES: As opções de menu estudante denotam falta de variedade, sendo a oferta alimentar desadequada na maioria dos restaurantes analisados. Torna-se relevante a adoção de estratégias a nível nacional que visem a promoção de hábitos alimentares mais saudáveis na população jovem considerando a oferta alimentar fora de casa.

PO97. ALERGENOS EM MEDICAMENTOS: SOJA E GLÚTEN

Adriana Brás¹; Maria D Auxtero¹; Alexandra Figueiredo¹; Isabel Margarida Costa¹

¹ Centro de Investigação Interdisciplinar Egas Moniz

*Correspondence: afigueiredo@egasmoniz.edu.pt

INTRODUÇÃO: Nas últimas décadas, as alergias têm vindo a aumentar em todo o mundo, mas, as intolerâncias tornaram-se mais prevalentes do que aquelas. O trigo e a soja são dos alimentos que dão origem a ingredientes com maior potencial alérgico. O glúten pode ser encontrado nos medicamentos, em forma de excipiente, podendo desencadear reações adversas em indivíduos com doença celíaca, sensibilidade ao glúten e alergia ao trigo. A soja é também muito usada na Indústria Farmacêutica e é causa da segunda alergia alimentar mais comum na infância.

OBJETIVOS: Análise da informação que consta no Resumo das Características do Medicamento (RCM) por forma a averiguar a existência de glúten e/ou soja como excipiente, em medicamentos comercializados em Portugal.

METODOLOGIA: Com recurso à Base de dados nacional de medicamentos de uso humano (INFOMED), foram analisados RCM de medicamentos contendo paracetamol, ácido acetilsalicílico; antibacterianos e, antiasmáticos e broncodilatadores. Os critérios de inclusão utilizados foram: ter Autorização de Introdução no Mercado (AIM) aprovada em Portugal, RCM disponível no INFOMED e estar entre os 165 primeiros medicamentos da listagem do INFOMED.

RESULTADOS: Através da análise dos RCM de 552 medicamentos, foi possível verificar que 64 (11,59%) não são isentos de glúten, 25 (4,53%) constam como não isentos do alérgico soja, e 7 (1,27%) como não isentos de glúten e soja em simultâneo.

Observou-se que a prevalência dos alérgicos glúten e soja, foi maior no grupo dos medicamentos com paracetamol.

CONCLUSÕES: Dos medicamentos analisados, 96 (17,39%) não estavam isentos de alérgico, contendo excipientes com soja e glúten, podendo induzir reações em doentes alérgicos e/ou intolerantes. Assim, para uma prescrição e aconselhamento seguros pelos profissionais de saúde, é crucial que conheçam a natureza dos excipientes utilizados nas formulações disponíveis no mercado, pelo que, essa informação deve estar facilmente acessível.

PO98. EFEITOS DO CONFINAMENTO EM CONTEXTO DA PANDEMIA COVID-19 NOS HÁBITOS ALIMENTARES RELATIVOS AOS LANCHES DE CRIANÇAS EM IDADE ESCOLAR: PROGRAMA MUN-SI OEIRAS 2020/2021

Inês Figueira¹; Maria de Fátima Martins¹; Joana Baleia¹; Sofia Mendes¹; Ana Rito^{1,2}

¹ Centro de Estudos e Investigação em Dinâmicas Sociais e Saúde

² Departamento de Alimentação e Nutrição do Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge

INTRODUÇÃO: Entre janeiro e março 2021, o agravamento da pandemia da COVID-19 forçou a implementação do ensino à distância com a suspensão das atividades letivas presenciais. Este contexto letivo, alterou em grande parte as rotinas e hábitos alimentares das crianças em idade escolar, onde o momento dos lanches não foi exceção.

OBJETIVOS: Comparar os lanches de crianças do 1º ciclo participantes no programa comunitário escolar MUN-SI Oeiras 2020/2021, entre o período pré-confinamento (outubro-novembro 2020) e confinamento (janeiro-março 2021).

METODOLOGIA: Neste estudo longitudinal, foram convidados a participar todos os Encarregados de Educação (EE) das 548 crianças do 3º e 4º ano de escolaridade inscritas no MUN-SI, dos quais 100 participaram. Os dados sobre os hábitos alimentares nos lanches foram recolhidos através de um questionário com questões relativas à frequência de consumo de diferentes grupos alimentares no momento dos lanches, auto-preenchido pelos EE em dois momentos: Pré-confinamento (formato papel) e Confinamento (formato online). As diferenças entre os dois momentos, foram analisadas através do Teste de Wilcoxon, com significado estatístico quando $p < 0,05$.

RESULTADOS: Verificou-se nos lanches um aumento significativo ($p < 0,05$) do consumo de vários grupos alimentares de onde se destacam: chocolates (63,9%), cereais de pequeno-almoço açucarados (57,9%), batatas fritas/snacks salgados (52,6%), rebuçados/gomas (44,3%), e bolachas doces (34,4%). Por outro lado, 41,8% das crianças incluíram menos vezes a água aos lanches, relativamente ao momento pré-confinamento.

CONCLUSÕES: O presente estudo reflete a necessidade de desenhar e reforçar programas comunitários que envolvam não só a criança, mas também as famílias, de forma a capacitá-las para melhores escolhas alimentares, melhorando a disponibilidade de alimentos em casa e assim oferecer às crianças opções mais interessantes do ponto de vista nutricional.