

SUMÁRIO

A Influência do Déficit Cognitivo na Ingestão Alimentar do Idoso	3
ALIMENTOS FUNCIONAIS: UMA REVISÃO SOBRE PREBIÓTICOS, PROBIÓTICOS E SIMBIÓTICOS.	4
ANÁLISE MICROBIOLÓGICA DE SALAMES PRODUZIDOS ARTESANALMENTE E COMERCIALIZADO NA REGIÃO DA SERRA GAÚCHA	5
AVALIAÇÃO DA COMPOSIÇÃO DA CESTA BÁSICA DISTRIBUIDA EM UM MUNICÍPIO DO VALE DO RIO DOS SINOS	6
AVALIAÇÃO DA QUALIDADE DA DIETA EM ADOLESCENTES DO GÊNERO FEMININO E SUA RELAÇÃO COM VARIÁVEIS ANTROPOMÉTRICAS	7
AVALIAÇÃO DAS CONDIÇÕES HIGIÊNICO-SANITÁRIAS E MICROBIOLÓGICAS DE PADARIAS DE UM MUNICÍPIO DA REGIÃO DO VALE DOS SINOS-RS.	8
Avaliação de custos de uma preparação distribuída à comunidade carente do bairro Canudos, em Novo Hamburgo.	9
AVALIAÇÃO DO ESTADO NUTRICIONAL DE JOVENS PORTADORES DE SÍNDROME DE DOWN DE UMA ASSOCIAÇÃO DE PAIS E AMIGOS DE EXCEPCIONAIS.....	10
Avaliação nutricional de uma preparação distribuída por uma instituição a um bairro carente de Novo Hamburgo	11
ESTADO NUTRICIONAL DE IDOSOS EM UMA INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA NO MUNICIPIO DE NOVO HAMBURGO/RS.....	12
HÁBITOS ALIMENTARES E SUPLEMENTAÇÃO: UTILIZAÇÃO POR FREQUENTADORES DE ACADEMIA NA REGIÃO DO VALE DOS SINOS	13
ÍNDICE DE MASSA CORPORAL E CIRCUNFERÊNCIA ABDOMINAL DE BENEFICIÁRIOS:Projeto NH no seu Bairro e na sua Cidade - Novo Hamburgo – 2012/01.....	14
INFLUÊNCIA DA DISTRIBUIÇÃO DE GORDURA CORPORAL SOBRE A TAXA DE METABOLISMO BASAL EM SUJEITOS COM SOBREPESO E OBESIDADE	15
O desenvolvimento de um produto de panificação ou confeitaria para inserção no mercado consumidor	16
O PROCESSO DE ADAPTAÇÃO ALIMENTAR DE IMIGRANTES BRASILEIROS NA CHINA E O IMPACTO NO GANHO DE PESO CORPORAL	17
OFICINAS INTERDISCIPLINARES: da prática à educação em saúde	18
Padronização de receitas para utilização do Banco de Alimentos da Região do Calçado	19
Perfil nutricional de pacientes asmáticos que iniciaram em um projeto de Reabilitação Pulmonar	20
Relação do IMC com o Estadiamento da doença em sujeitos com DPOC	21
RELAÇÃO ENTRE O CONSUMO DE GORDURA SATURADA E RISCO CARDIOVASCULAR EM IDOSOS DE NOVO HAMBURGO, RS.....	22

Resgate de Receitas Antigas - Bolo de Coco	23
Risco de Lesão e Percentual de Gordura Corporal de Atletas de Voleibol Feminino	24
Segurança do trabalho e saúde	25

A Influência do Déficit Cognitivo na Ingestão Alimentar do Idoso

Ana Paula Talamini¹; Flavia Porto Wieck²

Sabe-se que a população idosa vem crescendo rapidamente e viver com uma boa qualidade de vida se torna um desafio. O objetivo deste trabalho foi avaliar a influência do déficit cognitivo na ingestão alimentar de idosos residentes em duas instituições de longa permanência, situadas nas cidades de Novo Hamburgo e Parobé, ambas localizadas no RS. A amostra contou com a participação de 13 idosos, com idades entre 68 e 92 anos. Foram utilizados os seguintes métodos para coleta de dados: o Mini Exame do Estado Mental (MEEM) classificou os pacientes com e sem declínio cognitivo, a Mini Avaliação Nutricional qualificou os pacientes bem nutridos e com risco de desnutrição, o registro do recordatório alimentar de 24 horas definiu o perfil alimentar da população, avaliando macro e micronutrientes (Vitamina E, C, B6, B9, B12, colesterol, gordura saturada, ômega 3, ômega 6 e ômega 9) e o IMC avaliou o estado nutricional do indivíduo. Após o resultado do MEEM o grande grupo foi dividido em dois: Grupo1, com déficit cognitivo e Grupo2, sem déficit cognitivo. As doenças que mais prevaleceram foram Hipertensão e Diabetes Mellitus, representando 38,5% e 23,1% respectivamente. Os resultados desta pesquisa demonstram que de 13 idosos, 6 foram identificados sem déficit cognitivo e 7 deles apresentavam algum grau de declínio mental, sendo que a média de idade ficou de 75 anos para o grupo com déficit cognitivo e 81 anos para os que não possuem nenhum grau de declínio mental. A média de IMC para o grupo que apresentou declínio cognitivo foi de 27,44Kg/m². Já o outro grupo representou média de 24,91Kg/m². Os dados encontrados indicam que o consumo mais adequado de calorias, vitaminas E, B9, B12, ômega 6 e ômega 9 foi dos pacientes com déficit cognitivo. Contudo, baseando-se na recomendações das DRIS, o consumo de proteínas, vitaminas B6 e B9 ficou abaixo do preconizado para os dois grupos. Pode-se perceber que não há diferença significativa da ingestão alimentar entre os grupos, visto que a refeição é servida pelos funcionários do local e não pelo idoso. (UNIVERSIDADE FEEVALE)

Palavras-chave: Idosos, Déficit Cognitivo, Fatores Nutricionais.

¹Autor(es) ²Orientador(es)

Email (anapt@feevale.br e flaviapw@feevale.br)

ALIMENTOS FUNCIONAIS: UMA REVISÃO SOBRE PREBIÓTICOS, PROBIÓTICOS E SIMBIÓTICOS.

Jéssica Gil Knobloch¹; Ana Paula da Silva¹; Katiúscia Luressi Zeferino¹; Simone Weschenfelder²

Atualmente tem-se verificado um aumento na procura por alimentos funcionais, sendo alguns desses alimentos os prebióticos, probióticos e a junção dos dois, os simbióticos. O conceito de alimentos funcionais tem mudado progressivamente para o desenvolvimento de aditivos alimentares que podem afetar a composição microbiana do intestino e suas atividades, exercendo efeito benéfico sobre a composição da microbiota intestinal. O objetivo do presente trabalho foi realizar uma revisão de literatura sobre prebióticos, probióticos e simbióticos. Utilizou-se para tanto as bases Medline, Lilacs e Scielo, buscando publicações disponíveis entre 1984 e 2012. Os prebióticos, probióticos e simbióticos estão presentes na alimentação e trazem muitos benefícios à saúde. Os prebióticos, oligossacarídeos não digeríveis, porém fermentáveis, modulam as funções fisiológicas chaves, como a absorção de cálcio, o metabolismo lipídico, além de modular a composição da microbiota intestinal, na qual exerce um papel primordial na fisiologia intestinal e na redução do risco de câncer de cólon. Os probióticos, microrganismos vivos, trazem benefícios para a microbiota intestinal como, por exemplo, efeitos antagônicos, competição e efeitos imunológicos aumentando a resistência contra patógenos, estabilização da microbiota intestinal após o uso de antibióticos, promoção da digestão da lactose em indivíduos intolerantes à lactose; alívio da constipação; aumento da absorção de minerais e produção de vitaminas. Além dos benefícios à saúde, ainda contribuem melhorando o sabor do produto final, possuindo a vantagem de promover acidificação reduzida durante a armazenagem pós-processamento. Já os simbióticos, que são a mistura de probióticos e prebióticos, são incorporados nos alimentos como parte do processo de produção ou como aditivos, gerando alimentos funcionais, ou seja, alimentos que produzem efeitos benéficos, seguindo as mesmas características propostas para esses componentes utilizados de forma separada. O que se espera para o futuro é que as inovações tecnológicas resultem em produtos funcionais cada vez mais diversificados que visem contribuir com a saúde do consumidor e que estejam disponíveis para toda a população. (UNIVERSIDADE FEEVALE)

Palavras-chave: Alimentos funcionais. Prebióticos. Probióticos. Simbióticos.

¹Autor(es) ²Orientador(es)

Email (jessicaknobloch@hotmail.com e simone.weschenfelder@yahoo.com.br)

ANÁLISE MICROBIOLÓGICA DE SALAMES PRODUZIDOS ARTESANALMENTE E COMERCIALIZADO NA REGIÃO DA SERRA GAÚCHA

Caliandra Francescato¹; Simone Weschenfelder²

Entende-se por salame, o produto cárneo obtido de carne suína ou bovina, adicionado de toucinho, ingredientes, embutidos em envoltórios naturais e/ou artificiais, curado, fermentado, maturado, defumado ou não dessecado. O presente trabalho teve por objetivo analisar microrganismos indicadores, através da análise de coliformes totais e fecais, verificação do pH e atividade de água em salames artesanais comercializados na região da serra gaúcha. Foram analisadas amostras de 3 diferentes produtores coletadas ao longo de 4 semanas totalizando 12 amostras. Dentre as amostras analisadas houve contaminação tanto para coliformes totais quanto para fecais, todas, porém dentro dos níveis aceitáveis pela RDC 12. Na verificação de atividade de água somente três amostras demonstraram não estar nos limites que a legislação permite de até 0,92, já na medição de pH foram encontrados valores dentro das faixa da normalidade para produtos cárneos. Embora fabricados e comercializados em condições higiênico-sanitárias, por vezes, questionáveis, a maioria das amostras de salames oriundos da região da serra gaúcha, avaliados, estavam aptas para consumo considerando os padrões microbiológicos e físico-químicos analisados. (UNIVERSIDADE FEEVALE)

Palavras-chave: Salame. Microrganismos indicadores. pH. Atividade de água.

¹Autor(es) ²Orientador(es)

Email (caliandra_f@yahoo.com.br e simone.weschenfelder@yahoo.com.br)

AVALIAÇÃO DA COMPOSIÇÃO DA CESTA BÁSICA DISTRIBUÍDA EM UM MUNICÍPIO DO VALE DO RIO DOS SINOS

Alessandra Lunkes¹; Sonia Lizette Rodrigues Linden²

A alimentação é essencial à vida, sendo fundamental para a saúde do seres humanos e para as possibilidades de desfrutar todas as fases da vida, de forma produtiva e ativa, longa e saudável. Deste modo, a alimentação é um direito humano básico e que possui a finalidade de garantir a acessibilidade aos alimentos, principalmente em circunstância que o indivíduo encontra-se em vulnerabilidade social. O objetivo central deste estudo foi avaliar as quantidades alimentares e a qualidade nutricional dos alimentos que compõem as cestas básicas (CB) distribuídas em um Programa Social no município de Novo Hamburgo no Rio Grande do Sul. E tendo como variáveis direcionais: avaliar o consumo dos alimentos que compõem a CB com o número de pessoas do grupo familiar, saber a composição energética e nutricional de macronutrientes, micronutrientes (cálcio, ferro e sódio) e fibras, ter conhecimento do perfil socioeconômico e da situação de vulnerabilidade social dos beneficiários. A investigação foi de cunho quantitativo classificando-se como Pesquisa de Campo e os dados foram obtidos através de questionários. Participaram da pesquisa 90 usuários, atendidos nos Centros de Referência de Assistência Social (CRAS) entre o período de julho e agosto. A CB do município fornece 52.503,2 Kcal, destes, 67% são carboidratos, 10% de proteínas, e 23% de lipídios, os valores dos micronutrientes são: 12.362mg de cálcio, 174,4mg de ferro, 239.743 mg de sódio, o aporte de fibra ficou em 610,7g. A maior concentração dos usuários do estudo recebia até R\$ 150,00 mensais, a durabilidade da CB foi em média duas semanas, os beneficiários possuíam quatro ou mais membros em seu grupo familiar, o alimento mais consumido foi o arroz e o feijão e o menos consumido foi a farinha de milho. Conclui-se que deverá ser reavaliada a composição alimentar da CB e sugere-se a inserção de um profissional nutricionista, no programa, para avaliar as necessidades calóricas e nutricionais dos indivíduos ou das famílias. (UNIVERSIDADE FEEVALE)

Palavras-chave: cesta básica, beneficiários, quantidades alimentares, qualidade nutricional, direito à alimentação e vulnerabilidade social.

¹Autor(es) ²Orientador(es)

Email (ale_drakes@yahoo.com.br e sonialinden@gmail.com)

AValiação DA QUALIDADE DA DIETA EM ADOLESCENTES DO GêNERO FEMININO E SUA RELAÇÃO COM VARIÁVEIS ANTROPOMÉTRICAS

Claudia Benso da Luz¹; Simone Bernardes²

Tema: Nutrição e Adolescência. A precocidade das doenças crônicas na adolescência está associada à presença de comportamentos de risco adquiridos ou reforçados enquanto o adolescente alcança progressivamente a sua autonomia. A adoção de uma alimentação saudável, manutenção do peso corporal adequado e a prática regular de atividade física são reconhecidamente os principais fatores de proteção às doenças crônicas. Objetivo: avaliar o Índice de Qualidade da Dieta (IQD) de adolescentes e a sua relação com o Índice de Massa Corporal (IMC) e a Circunferência Abdominal (CA). Metodologia: estudo quantitativo, descritivo e exploratório com uma amostra de 30 adolescentes femininas, estudantes do ensino médio de uma escola estadual, em São Leopoldo/ RS. Os perfis demográfico, socioeconômico, de estilo de vida e de saúde foram obtidos através de um questionário autoaplicável. Foram mensurados peso e altura e determinado o IMC a partir desses, classificado pelas curvas de crescimento da Organização Mundial de Saúde (2007) com os respectivos pontos de corte, por percentil. Para a classificação das mesmas quanto à adiposidade abdominal, foi aferida a CA. O IQD foi obtido por uma pontuação média distribuída igualmente entre dez itens, caracterizando diferentes aspectos da alimentação: grupos de alimentos, nutrientes e variedade. Resultados: o grupo apresentou idade média de $17,5 \pm 0,9$ anos e predominância de sedentarismo (70%). O sobrepeso e a obesidade apresentaram prevalências de 13% e 10%, respectivamente. O IQD médio foi de $58,3 \pm 11,3$ pontos, com dieta necessitando de modificação para 70% e inadequação para 30% das avaliadas. Os componentes do IQD, com menor pontuação, foram as hortaliças, frutas, leite e derivados, leguminosas e variedade da dieta. O IQD associou-se, significativamente, apenas com a realização do almoço em casa para aquelas com alimentação inadequada ($p=0,049$), enquanto o maior consumo de leguminosas apresentou associação positiva com a escolaridade do chefe da família ($r_s=0,402$; $p=0,027$). Conclusão: a população avaliada não atinge os critérios de uma dieta saudável, condição esta que pode colocar em risco a sua saúde atual e futura. Mesmo na ausência de associação entre o IQD e a antropometria nesta amostra, evidencia-se a necessidade de intervenções nutricionais efetivas direcionadas para o grupo, associadas à atividade física. (UNIVERSIDADE FEEVALE)

Palavras-chave: Índice de Qualidade da Dieta. Adolescente. Nutrição.

¹Autor(es) ²Orientador(es)

Email (claudiabenso@gmail.com e 0113994@feevale.br)

AVALIAÇÃO DAS CONDIÇÕES HIGIÊNICO-SANITÁRIAS E MICROBIOLÓGICAS DE PADARIAS DE UM MUNICÍPIO DA REGIÃO DO VALE DOS SINOS-RS.

Marilize da Silva Koste¹; Simone Weschenfelder²

As padarias são locais onde há intensa manipulação de alimentos e elas podem representar um fator de risco para a saúde pública, visto que as pessoas envolvidas na atividade muitas vezes não possuem conhecimentos básicos sobre a manipulação segura dos alimentos e que as padarias possuem um envolvimento crescente em surtos de doença de origem alimentar. Na elaboração do presente estudo foram acompanhadas 4 padarias de um município da região do Vale dos Sinos-RS, com o objetivo de analisar as condições higiênico-sanitárias adotadas nos locais de manipulação. Aplicou-se um check list conforme portaria 78/2009 RCD 216 e realizou-se a Contagem Padrão de Micro-organismos mesófilos aeróbios estritos ou facultativos viáveis, através de coleta de swab em diferentes superfícies de equipamentos e utensílios. Realizou-se também um treinamento de 1 hora sobre boas práticas de manipulação com os manipuladores de alimentos de cada padaria. As condições higiênico-sanitárias avaliadas através da aplicação do check list nos estabelecimentos apontaram resultados inadequados na maioria das padarias. Os resultados das análises microbiológicas detectaram a presença de mesófilos com contagens acima dos padrões referidos pela literatura, apontando uma melhora após o treinamento na maioria das padarias. Percebe-se a necessidade de treinamentos de boas práticas de manipulação para os colaboradores. Concluiu-se que as padarias necessitam adotar medidas e condutas mais eficazes em relação as condições higiênico-sanitárias e microbiológicas, reduzindo o nível de contaminação, precisando ainda, melhorar o seu processo de manipulação principalmente implantando e seguindo as boas práticas de manipulação, garantindo assim produtos seguros e de qualidade. (UNIVERSIDADE FEEVALE)

Palavras-chave: Padarias. Condições higiênico-sanitárias. Avaliação Microbiológica.

¹Autor(es) ²Orientador(es)

Email (marilizekoste@yahoo.com.br e simone.weschenfelder@yahoo.com.br)

Avaliação de custos de uma preparação distribuída à comunidade carente do bairro Canudos, em Novo Hamburgo.

Aurélio José Scheffel Junior¹; Marina Argenta Bertagnolli¹; Daniel Vicente Bonho²; Gisele Maria Menezes Ribeiro Kosminsky²

O BARC (Banco de Alimentos da Região do Calçado) é uma organização que, com objetivo de minimizar os efeitos do desperdício de alimentos e combate à fome, arrecada alimentos junto à empresas e os doa à instituições carentes previamente cadastradas. Uma delas, uma Organização Não Governamental (ONG) constituída no bairro Canudos, no município de Novo Hamburgo, prepara, tanto com doações do BARC quanto de outros doadores (pessoas físicas e jurídicas), uma sopa de legumes que é distribuída a 42 (quarenta e duas) famílias residentes no bairro. Esta sopa é feita com legumes, verduras e tubérculos, além de arroz e massa. São agregados à sopa carcaças e miúdos de frango, quando há doação, o que ocorre também com a distribuição de pão. O objetivo deste trabalho foi avaliar o custo médio total e por porção, da sopa de legumes distribuída por esta instituição. Durante o mês de maio de 2012, foram descritas e avaliadas três preparações desta sopa, em três semanas diferentes, considerando que a composição é variável, uma vez que os ingredientes disponíveis dependem das doações e aquisições realizadas na semana. O tamanho da porção foi determinado pelo volume de 02 (duas) conchas médias, resultando numa porção de 260 ml. O rendimento médio da sopa foi de 216 porções. Após, calculou-se o custo médio da porção, com base nos valores de cada ingrediente que compõem a sopa, pesquisados em um supermercado de Novo Hamburgo, na época do levantamento dos dados. O custo médio encontrado foi R\$ 141,85 para o volume total da sopa e R\$ 0,66 por porção. A participação das doações do Banco de Alimentos ficou em 6,3% do custo dos ingredientes utilizados. O custo se revelou baixo por porção, principalmente devido ao número de famílias atendidas neste processo. Embora a participação das doações do BARC seja baixa, é importante ressaltar que são importantes para a manutenção da preparação e distribuição da sopa às famílias carentes do bairro de Canudos. (UNIVERSIDADE FEEVALE)

Palavras-chave: Alimento. Sopa. Custo. Doações. Canudos.

¹Autor(es) ²Orientador(es)

Email (scheffel.junior@gmail.com e 0107947@feevale.br)

AVALIAÇÃO DO ESTADO NUTRICIONAL DE JOVENS PORTADORES DE SÍNDROME DE DOWN DE UMA ASSOCIAÇÃO DE PAIS E AMIGOS DE EXCEPCIONAIS

Raquel Peter Maldaner¹; Elena Regina Trenz¹; Gisele Maria Menezes Ribeiro Kosminsky²

Introdução: A Síndrome de Down é uma condição genética que atinge aproximadamente 18% da população mundial com comprometimento intelectual e oito mil crianças no Brasil anualmente. O excesso de peso é frequentemente associado à Síndrome, e seu manejo pode influenciar na qualidade de vida dessas pessoas. **Objetivo:** O objetivo do presente trabalho foi avaliar o estado nutricional de crianças e adolescentes com Síndrome de Down de uma Associação de Pais e Amigos de Excepcionais. **Metodologia:** Foram avaliados seis portadores da Síndrome, sendo três do sexo masculino e três do sexo feminino, com idades entre 10 e 15 anos. Para medida de peso e altura foi utilizado balança antropométrica com estadiômetro da marca Filizolla. Posteriormente foram classificados segundo as curvas específicas para portadores de Síndrome de Down definidas por Cronk (1988), de peso por idade e estatura por idade. **Resultados:** Quando submetidas à curva de peso por idade, todas as meninas se encontram com excesso de peso, enquanto os meninos estão eutróficos; já em relação à idade por estatura apenas um menino foi classificado como alto para idade, enquanto todos os outros jovens estão próximos do percentil 50. **Considerações finais:** Apesar da amostra ser pequena, os resultados encontrados indicam que é necessário uma investigação dos hábitos alimentares e se possível uma intervenção pois o excesso de peso é uma realidade presente na instituição. (UNIVERSIDADE FEEVALE)

Palavras-chave: Síndrome de Down. Estado Nutricional. Curvas de Crescimento.

¹Autor(es) ²Orientador(es)

Email (raquel.maldaner@globo.com e giseleko@feevale.br)

Avaliação nutricional de uma preparação distribuída por uma instituição a um bairro carente de Novo Hamburgo

Giane Quaresma da Silva¹; Catia Loeci Thon¹; Gisele Maria Menezes Ribeiro Kosminsky²

Introdução: O bairro Canudos ocupa a maior área urbana do município e também tem a maior população, cerca de 58.992 habitantes. Neste bairro, há 18 anos, uma organização não governamental prepara e distribui sopa de legumes à famílias carentes. A preparação é feita a partir de doações, tanto do BARC (Banco de Alimentos da Região do Calçado), como de outros doadores. Os ingredientes da sopa são legumes, verduras e tubérculos, arroz e massa. Também pode haver a inclusão de carcaças e miúdos de frango, se houver doação. São 42 famílias cadastradas ao total. Nesta instituição, os responsáveis e voluntários, totalizando oito pessoas, começam a preparar a sopa às 06h45min, às segundas e quintas-feiras. Fazem a higienização dos ingredientes, descascam e processam os mesmos e levam ao cozimento. A sopa é mantida aquecida até o momento da distribuição que é feita às 15 horas. Um representante de cada família busca a sopa em um balde identificado e tem seu tamanho conforme o número de pessoas na família. Junto com a sopa, também é distribuído pão, se doado. Às sextas-feiras, distribuem ranchos que são montados com as doações do banco de alimentos, como arroz, feijão, massa e leite. **Objetivo:** Avaliar o valor nutricional desta sopa. **Método:** Foram descritas e avaliadas três preparações de sopas em três semanas diferentes. Após, foi calculado o valor nutricional a partir das tabelas de composição química dos alimentos TACO (2011) e Pinheiro (2005). O tamanho da porção foi determinado pelo volume de duas conchas médias, resultando numa porção de 260ml. As quantidades de nutrientes obtidas foram então comparadas aos valores diários (VD) de referência para um adulto, que constam na Portaria 360 (2003). **Resultados:** Os Valores nutricionais médios por porção da sopa foram 135Kcal, correspondendo à 6,7% do Valor diário (VD) de energia; 9,74g de proteínas, 12,9% do Valor diário (VD); 25,76g de carboidratos, 8,5 % do Valor diário (VD); 3,28g de lipídeos, 6,7% do Valor diário (VD); 23,3mg de Cálcio, 2,3% do Valor diário (VD) e para o Ferro, observou-se 0,91 mg , que corresponde à 6,54% do VD. **Conclusão:** A porção de sopa consumida não é suficiente como refeição, uma vez que representa menos de 10% do VD dos nutrientes, exceto proteínas. Então deveria ser complementada com outros alimentos, como o pão, que também é distribuído com a sopa quando disponível. (UNIVERSIDADE FEEVALE; Feevale)

Palavras-chave: Canudos.Sopa.Distribuição.Doação.

¹Autor(es) ²Orientador(es)

Email (gianeqsilva@ibest.com.br e giseleko@feevale.br)

ESTADO NUTRICIONAL DE IDOSOS EM UMA INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA NO MUNICÍPIO DE NOVO HAMBURGO/RS

Carolina Garcia Nunes¹; Elisa Inês Feiden¹; Gisele Maria Menezes Ribeiro Kosminsky²

TEMA: Estado nutricional de idosos institucionalizados. **JUSTIFICATIVA:** Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), são considerados idosos nos países em desenvolvimento, os indivíduos com faixa etária acima de 60 anos. Devido ao envelhecimento populacional brasileiro, a busca por instituições de longa permanência para idosos tornou-se uma alternativa para as pessoas da terceira idade que perderam seus vínculos familiares ou para as famílias que não têm condições de manter os idosos em um ambiente seguro e confortável. Porém, estas mudanças causam alterações no estilo de vida dos idosos, refletindo principalmente na sua alimentação e consequentemente no seu estado nutricional, ocasionando assim um maior risco de desnutrição para esta população. **OBJETIVO:** Avaliar o estado nutricional de idosos de uma instituição de longa permanência do município de Novo Hamburgo conforme o índice de massa corporal (IMC). **METODOLOGIA:** Participaram do estudo 9 idosos, sendo 5 do sexo feminino e 4 do sexo masculino, com idades entre 65 e 87 anos. Foram aferidos os parâmetros antropométricos: peso e altura. Para verificação do peso foi utilizada uma balança eletrônico-digital com capacidade até 150 kg, com precisão de 100 gramas e para a verificação da altura utilizou-se uma fita métrica inextensível afixada em uma parede sem rodapé. Para dois indivíduos com dificuldade de ficar em pé, a estatura foi estimada através da aferição da altura do joelho (medida do joelho ao calcanhar em ângulo de 90 graus). O diagnóstico do estado nutricional foi realizado utilizando-se os pontos de corte preconizados pela Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS) para índice de massa corporal para idosos. **RESULTADOS:** A partir do IMC verificou-se que entre as mulheres 40% (2) estavam com baixo peso, 40% (2) com peso normal e 20% (1) com obesidade. Em relação aos homens, 75% (3) estavam com baixo peso e 25% (1) com peso normal. A média do IMC entre as mulheres foi de 23,91kg/m² e para os homens 21,34kg/m². Do total da amostra analisada (9), 55,5% (5) estavam com baixo peso, 33,3% (3) peso normal e 11,1% (1) obesidade, sendo a média total do IMC da amostra 22,77kg/m². **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** Os resultados encontrados indicam risco nutricional para esta população, o que implica na necessidade de intervenções, no sentido de promover atenção nutricional para estes idosos institucionalizados. (UNIVERSIDADE FEEVALE)

Palavras-chave: PALAVRAS-CHAVE: Estado Nutricional. Idosos. Instituição de Longa Permanência. IMC.

¹Autor(es) ²Orientador(es)

Email (carolina.garcianunes@gmail.com e giseleko@feevale.br)

HÁBITOS ALIMENTARES E SUPLEMENTAÇÃO: UTILIZAÇÃO POR FREQUENTADORES DE ACADEMIA NA REGIÃO DO VALE DOS SINOS

Bruna Rhoden Estorgato¹; Maria Helena Weber²

Na literatura em geral, existe um consenso de que as pessoas fisicamente ativas não necessitam de nutrientes adicionais, além dos existentes em uma dieta saudável. Porém, outros estudos indicam que a inadequação do consumo energético ainda predomina em vários grupos atléticos, revelando a necessidade da suplementação e da reeducação alimentar, visto que a nutrição exerce papel vital no desempenho do exercício e do treinamento. O desportista que deseja aperfeiçoar o desempenho, antes de iniciar o uso de suplementação alimentar, precisa adotar um comportamento dietético adequado ao seu esforço, em relação à quantidade e a variedade, considerando os hábitos estabelecidos para uma alimentação saudável. Portanto, o objetivo deste estudo foi avaliar o hábito alimentar e o consumo de suplementos em uma amostra de desportistas. Participaram da pesquisa 30 indivíduos, sendo 22 do gênero masculino (73,3%), 8 do gênero feminino (26,7%) e com idade entre 18 e 37 anos ($\pm 5,9$ anos). Com relação ao consumo de suplementos, observou-se que os mais consumidos são os suplementos proteicos e à base de carboidratos. Dentre os proteicos, os mais citados foram Whey Protein (60%), creatina (16,7%) e BCAA (13,3%), sendo que a maltodextrina (40%) sobressaiu-se entre os carboidratos. Observa-se na amostra que 16 indivíduos (53,3%) apresentam consumo energético diário abaixo do preconizado, 12 indivíduos (40%) realizam ingestão calórica adequada e 2 indivíduos (6,7%) acima do ideal. A análise do consumo de proteínas revela um consumo médio (19,83% $\pm 5,14$) acima do recomendado; de carboidratos (48,84% $\pm 8,56$) abaixo do recomendado, e consumo médio (31,25%, $\pm 6,05$) adequado de lipídios. Conclui-se que a prática nutricional desses indivíduos não está adequada, e que, apesar de terem demonstrado interesse em melhorar seu desempenho através do uso de suplementos nutricionais, os hábitos alimentares devem ser primeiramente considerados. (UNIVERSIDADE FEEVALE; A mesma)

Palavras-chave: Suplementos alimentares – Nutrição – Exercício

¹Autor(es) ²Orientador(es)

Email (bruna.estorgato@gmail.com e helenaweber@feevale.br)

INDICE DE MASSA CORPORAL E CIRCUNFERÊNCIA ABDOMINAL DE BENEFICIÁRIOS: Projeto NH no seu Bairro e na sua Cidade - Novo Hamburgo – 2012/01.

Sueli Prass¹; Fabiane Alexia Camara¹; Rejane Bernadete Vacari Mattana¹; Sonia Lizette Rodrigues Linden²

Introdução: Os objetivos do Projeto NH no seu Bairro e na sua Cidade em parceria com a Universidade FEEVALE são: prestação de serviços gratuitos: documentações; informações gerais; prevenção em saúde; meio ambiente e atividades recreativas das cidades e da região e outros. A interdisciplinaridade se efetua através dos diversos cursos da área da saúde da plataforma da Feevale, nas cidades e nos bairros. O fluxo, das atividades educativas, ocorre de encaminhamentos dos cursos de Educação Física, Quiropraxia, Biomedicina e Enfermagem à Nutrição. A prevenção em saúde visa evitar ou remover fatores de risco ou causais antes que se desenvolva a doença. Recorre a meios dirigidos ao nível individual, a grupos selecionados ou à população em geral. Desta feita, espera-se a diminuição da incidência da doença pelo controle de causas associadas, bem como a diminuição do risco de doença na população através de ações interdisciplinares de educação em saúde. **Objetivo:** Evidenciar faixa etária, sexo e diagnosticar índice de massa corpórea – IMC – e circunferência abdominal - CA - de participantes do projeto no semestre de 2012/01. **Metodologia:** A metodologia utilizada foi quantitativa com caráter observacional, exploratório e descritivo, segundo Prodanov (2009). A amostra neste semestre, se constituiu de 36 pessoas adultas. A antropometria foi aferida pelos acadêmicos e professor de Educação Física e encaminhados ao grupo da Ciência da Nutrição à avaliação nutricional e orientações alimentares. Excesso de peso foi definido como IMC > 25 e a CA > 80.0 cm, conforme a Organização Mundial da Saúde – OMS. **Resultados:** Das 36 pessoas 13.8% foi do sexo masculino e 86.2% foi do sexo feminino. A média de idade das mulheres foi de 38 anos, com uma média de IMC e de CA de 26.0 e de 82,5 cm, respectivamente. Os homens assinalaram para uma média de 32,5 anos, com uma média de IMC e de CA de 26.6 e de 95,2 cm, respectivamente. Tendo em vista, o acima citado na metodologia, ambos os grupos estão com IMC e CA acima do preconizado pela OMS. **Conclusão:** O adulto do sexo feminino é o grupo que mais procura o Serviço Educação Física e de Nutrição no Projeto. Sugere-se que os gestores administrativos dos municípios vizinhos incentivem as atividades educativas em saúde como prevenção às doenças não transmissíveis, pois as atividades desenvolvidas são apenas de avaliações e orientações rápidas. (UNIVERSIDADE FEEVALE; Feevale)

Palavras-chave: avaliação nutricional, educação em saúde, antropometria

¹Autor(es) ²Orientador(es)

Email (sueliprass@yahoo.com.br e sonialinden@gmail.com)

INFLUÊNCIA DA DISTRIBUIÇÃO DE GORDURA CORPORAL SOBRE A TAXA DE METABOLISMO BASAL EM SUJEITOS COM SOBREPESO E OBESIDADE

Carolina Becker Fröhlich¹; Angélica Beatriz Alves Barbosa¹; Audrei Melissa Schmidt Pires¹; Cláudia Denicol Winter¹; Carlos Augusto Ronconi Vasques²

Tema: A circunferência da cintura (CC) vem sendo considerada como um importante fator de risco para alterações metabólicas na obesidade, pois enquanto variáveis antropométricas como índice de massa corporal (IMC) e percentual de gordura corporal (%GC) estimam melhor a gordura corporal total, a CC é um indicador da obesidade centralizada (abdominal). Assim, a distribuição de gordura corporal também poderia influenciar a taxa de metabolismo basal (TMB), caracterizada pela energia gasta para a manutenção das atividades fisiológicas do corpo. Objetivo: Analisar o grau de correlação e predição entre parâmetros antropométricos tipicamente usados para avaliar o grau de obesidade e a TMB. Metodologia: Através de estudo observacional transversal, IMC, %GC e CC de 24 indivíduos adultos (17 mulheres e 7 homens, com idade média de 37,1±7,2 anos) com sobrepeso e obesidade não mórbida (IMC entre 25-40 kg/m²) foram correlacionados a TMB obtida por calorimetria indireta. O %GC foi estimado por impedância bioelétrica. Para análise estatística foi usado o teste de correlação de Pearson e um modelo de regressão linear simples para analisar o grau de predição entre variáveis. Resultados: As médias de IMC, %GC, CC e TMR da amostra foram 33,0 ±5,1 kg/m², 37,6 ±7,8 %, 97,1 ±12,2 cm, e 1511,3 ±479,6 kcal/24h, respectivamente. Entre os parâmetros antropométricos analisados somente o %GC não se correlacionou a TMB. A circunferência da cintura apresentou uma correlação positiva mais significativa com TMB (p= 0,02) se comparada ao IMC (p=0,03). A partir da análise de predição pôde-se inferir que cada centímetro de variação na cintura promove uma alteração de 17,9 ±7,5 kcal/24h na TMB. Conclusão: Os resultados sugerem que a TMB parece aumentar em função do acúmulo de gordura central avaliada pela circunferência da cintura, o que poderia estar relacionado ao fato que a gordura localizada na região abdominal é metabolicamente mais ativa que as demais. (UNIVERSIDADE FEEVALE)

Palavras-chave: Circunferência da cintura; Taxa de metabolismo basal; obesidade; gordura abdominal; índice de massa corporal

¹Autor(es) ²Orientador(es)

Email (carolinabeckerfroehlich@gmail.com e carlosrv@feevale.br)

O desenvolvimento de um produto de panificação ou confeitaria para inserção no mercado consumidor

Ana Luísa Breyer Trindade¹; Marina Argenta Bertagnolli¹; Eduardo Suris Bilhalva¹; Aurélio José Scheffel Junior¹; Daniel Vicente Bonho²

O presente trabalho parte da disciplina de Projeto Integrado III do Curso de Gastronomia da Universidade Feevale, que busca aplicar os conhecimentos voltados às áreas de panificação ou confeitaria. A partir de estudos bibliográficos propostos e do desafio da união destes com a atividade prática, os acadêmicos foram estimulados a criar um produto de panificação ou confeitaria, que pudesse ser fresco, congelado e transformado em pré-mistura, para inserção no mercado consumidor. Considerando como fresco o produto pronto ao consumo; o produto congelado utilizando o método de ultracongelamento, que ocorre a -40°C (SEBESS, 2010); e a pré-mistura, quando se adiciona os líquidos à mistura de ingredientes secos. A metodologia escolhida para desenvolver este trabalho foi a descritiva participativa. O contexto participativo se deu no momento em que os acadêmicos foram envolvidos em todas as etapas do estudo. Segundo Picolli 2004, uma pesquisa de cunho descritivo tem como objetivo o descobrimento e a observação dos fenômenos procurando descrevê-los, classificá-los e interpretá-los, visando o conhecimento de sua natureza. Para cumprir as etapas do trabalho proposto foram exploradas técnicas de panificação e confeitaria em referências bibliográficas e realizadas atividades práticas, para desenvolver o produto escolhido. Este processo teve o foco de direcionar os acadêmicos na escolha do produto, bem como o desenvolvimento desse nas três formas propostas. A partir das pesquisas, o resultado obtido foi uma massa de pizza integral, a qual foi agregada sementes, e os recheios escolhidos de acordo com a proposta da massa, sendo um de brócolis com ricota e o outro de frango com tomate seco. Tanto o produto fresco e o congelado quanto a pré-mistura desenvolveram-se muito bem e foram bem receptíveis à inserção no mercado. (UNIVERSIDADE FEEVALE)

Palavras-chave: Gastronomia. Panificação. Confeitaria. Produto. Mercado.

¹Autor(es) ²Orientador(es)

Email (analuisa.trindade@hotmail.com e 0107947@feevale.br)

O PROCESSO DE ADAPTAÇÃO ALIMENTAR DE IMIGRANTES BRASILEIROS NA CHINA E O IMPACTO NO GANHO DE PESO CORPORAL

Daniela de Moraes Roehe¹; Simone Bernardes²

TEMA: ACULTURAÇÃO ALIMENTAR A aculturação alimentar é um processo pelo qual imigrantes adotam atitudes, valores, costumes, crenças e comportamentos da nova cultura. Com isso, hábitos de vida saudáveis melhoram ou pioram, influenciando o estado de saúde. **Objetivo:** caracterizar o processo de aculturação alimentar em um grupo de imigrantes brasileiros na China e seu impacto no ganho de peso corporal. **Metodologia:** estudo observacional, quantitativo e exploratório em amostra de 51 brasileiros adultos com tempo de residência na China superior a 6 meses, vinculados a duas escolas na cidade de Dongguan (China). Os dados demográficos, socioeconômicos, culturais e de aculturação alimentar foram obtidos pela aplicação de questionário. Medidas de altura e peso foram determinadas, respectivamente, através do uso de fita métrica (Cescorf®) e balança digital (EKS®), o Índice de Massa Corporal (IMC) a partir dessas, classificado com os pontos de corte sugeridos pela Organização Mundial de Saúde (2000). Para classificar a adiposidade abdominal, foi aferida a circunferência abdominal (CA) no ponto médio, entre a última costela e a crista ilíaca superior, utilizando os pontos de corte preconizados pela Organização Mundial de Saúde (2000). **Resultados:** a idade média foi de 35,1 anos ($\pm 7,7$), com predominância do gênero feminino (66,7%) e estado civil casado (90,2%). A introdução de novos alimentos da dieta local foi maior para vegetais, frutas e peixes, enquanto a manutenção de alimentos típicos da região de origem foi maior para erva-mate, feijão e farinha de mandioca. O IMC médio dos indivíduos pré e pós migração foi de 23,0kg/m² ($\pm 3,5$) e 24,4 kg/m² ($\pm 4,0$), respectivamente. Após a chegada na China houve um aumento significativo no peso dos brasileiros ($p < 0,001$), independentemente do sexo dos mesmos, com ganho ponderal médio de 0,9 Kg/ano. As variáveis com associação positiva significativa para o ganho de peso foram o tempo de migração ($r_s=0,396$; $p=0,001$), auto-qualificação diminuída para a dieta atual ($r_s=-0,253$; $p=0,025$) e a introdução de fast foods na alimentação ($r_s=0,249$; $p=0,0031$). **Conclusão:** o processo de aculturação alimentar apresentou um impacto negativo no ganho de peso deste grupo de brasileiros, podendo resultar em maior risco de obesidade e doenças crônicas associadas. É necessário repensar a assistência em saúde para esta população, através de programas de educação nutricional, entre comunidades imigrantes. (UNIVERSIDADE FEEVALE)

Palavras-chave: Aculturação. Imigrantes. Dieta. Ganho de peso.

¹Autor(es) ²Orientador(es)

Email (dani.dongguan@gmail.com e 0113994@feevale.br)

OFICINAS INTERDISCIPLINARES: da prática à educação em saúde

Adriana Gluher¹; Cláudia Helena Silva Brentano¹; Sonia Lizette Rodrigues Linden²

Introdução: O Projeto de Extensão Crianças de Canudos – PECC - Universidade Feevale – Novo Hamburgo/RS - apoia o exercício consciente da cidadania através da educação, contribuindo para a permanência qualitativa na escola, através dos cursos: Nutrição, Arteterapia, Educação Física, Fonoaudiologia e Psicologia. Objetivo: A Nutrição faz parte do projeto desde abril de 2011 e visa à modificação e as melhorias dos hábitos alimentares em longo prazo. Os núcleos atendidos são: Juad, Escola Estadual João Ribeiro e Escola Municipal Tancredo Neves. O projeto viabiliza oficinas pedagógicas de Nutrição ou de abordagem interdisciplinar. Nas oficinas práticas trabalha-se as várias formas de se preparar alguns alimentos, alertando sobre os cuidados com a higiene e destacando sempre a importância nutricional dos alimentos. Metodologia: Aplicam-se e demonstram-se técnicas de aproveitamento dos alimentos e com isto promove-se a aproximação e interlocução com as famílias dos beneficiados. O vídeo exhibe depoimentos da coordenação do projeto, dos professores orientadores, dos bolsistas e dos alunos que dele fazem parte. Agregou-se a este material imagens do trabalho desenvolvido durante as oficinas lúdicas e práticas com Arteterapia e Nutrição. Além das oficinas, outras técnicas pedagógicas foram utilizadas nas atividades interdisciplinares como brincadeiras, jogos e trabalhos manuais. Resultados: Este trabalho foi organizado com o intuito de incentivar as crianças a desempenharem suas aptidões nas mais diversas áreas do conhecimento. Conclusão: A aprendizagem, através da ludicidade, possui a capacidade de resgatar a autoconfiança e com isto conseguimos observar as aptidões de cada participante. Dentre essas aptidões esta a alegria de ser capaz de realizar as tarefas com criatividade. O vídeo tem duração de 9 minutos e 20 segundos, e tem sido utilizado em palestras nas escolas que fazem parte do projeto. Este material sensibiliza os pais do quanto é importante participar de ações como esta. O projeto é todo financiado pela Universidade Feevale - RS. (UNIVERSIDADE FEEVALE; Universidade Feevale)

Palavras-chave: Relato.Nutrição.Educação.Oficinas.Interdisciplinaridade.

¹Autor(es) ²Orientador(es)

Email (adrianagluher@feevale.br e sonialinden@gmail.com)

Padronização de receitas para utilização do Banco de Alimentos da Região do Calçado

Marina Argenta Bertagnolli¹; Aurélio José Scheffel Junior¹; Daniel Vicente Bonho²; Gisele Maria Menezes Ribeiro Kosminsky²

Introdução: O Banco de Alimentos da Região do Calçado, BARC, visa à ação social e educativa, integrando empresas, instituições sociais e voluntários. A organização doa alimentos para instituições carentes e capacita aqueles que nela trabalham, para aproveitar ao máximo os alimentos, evitando o desperdício, que chega a 30% no mundo, segundo a FAO (Organização para Alimentação e Agricultura). No Projeto de Extensão - Banco de Alimentos da Universidade Feevale, uma das iniciativas é auxiliar essas instituições, buscando preparações que evitem o desperdício e/ou incentivem o aproveitamento, e mostrando-as como aplicá-las. **Objetivo:** Selecionar e transcrever receitas em medidas caseiras para o padrão métrico, e padronizar as fichas técnicas de preparo, relacionando, também, os utensílios necessários para cada uma. **Metodologia:** A partir de pesquisas realizadas na rede virtual, foram selecionadas receitas que pudessem ser aplicadas nas instituições abrangidas pelo BARC, bem como que utilizassem do reaproveitamento de alimentos. Então, as preparações escolhidas foram transcritas em medidas caseiras para o padrão métrico, gramas e mililitros, com base em tabelas de medidas de sites e referências bibliográficas, e, também, padronizados, com ingredientes, modo de preparo e lista de utensílios necessários. **Resultados:** Foram transcritas e padronizadas 50 (cinquenta) receitas e podem ser aplicadas, após treinamento, pelas instituições que recebem doações do Banco de Alimentos. **Considerações Finais:** As receitas transcritas podem ser facilmente utilizadas, devido à padronização, sendo de fácil entendimento. (UNIVERSIDADE FEEVALE)

Palavras-chave: Receita. Alimento. Banco. Desperdício. Padronização.

¹Autor(es) ²Orientador(es)

Email (nina._marina@hotmail.com e 0107947@feevale.br)

Perfil nutricional de pacientes asmáticos que iniciaram em um projeto de Reabilitação Pulmonar

Samanta Sparremberger Desidério¹; Mirela Christmann¹; Julieni Rodrigues Santestevan¹; Cláudia Denicol Winter²

A asma é uma doença crônica caracterizada pela inflamação das vias respiratórias e limitação do fluxo respiratório, podendo ser desencadeada ou agravada por diversos fatores, como a alimentação no primeiro ano de vida. Pela sua alta prevalência é considerada um problema de saúde pública, que afeta principalmente crianças e adolescentes, interferindo no seu desenvolvimento. Os objetivos do tratamento visam melhorar o fluxo respiratório e controlar os sintomas, uma vez que a doença não tem cura. A asma se relaciona tanto com a diminuição do peso como com a obesidade, fatores que também interferem na sua gravidade. Há uma correlação entre o aumento de peso e o agravamento dos sintomas da asma, além da obesidade ser um fator de risco para a doença, ela está relacionada a alterações da função respiratória e controle da doença. O baixo peso em crianças alérgicas é causado pelos sintomas persistentes da doença, retardando o seu crescimento linear, além de fatores socioeconômicos estarem envolvidos no baixo peso, alguns medicamentos para controle da asma também prejudicam o crescimento. Objetivo: O objetivo do trabalho foi identificar o perfil nutricional de crianças e adolescentes asmáticos que iniciaram em um projeto de Reabilitação Pulmonar. Metodologia: Trata-se de um estudo retrospectivo, observacional descritivo em que foram analisados prontuários de 32 pacientes na faixa etária entre 5 a 16 anos, atendidos no período de 2008 a 2012. A análise foi realizada com base nos dados antropométricos coletados e pela anamnese. Os dados antropométricos verificados foram peso, altura e análise do IMC de acordo com as tabelas de curvas de crescimento da OMS/2007. Resultados: De acordo com a amostra do estudo, 78,1% (n=25) eram do gênero masculino, com idade média de 9,6 anos e 21,9% (n=7) do gênero feminino, com idade média de 8,1 anos. A média de altura e peso entre os meninos foi de 1,39 cm e 41 kg, respectivamente e entre as meninas foi de 1,30 cm e 30,4 kg, respectivamente. De acordo com o IMC verificou-se que entre os meninos 24% (n=6) eram obesos graves, 4% (n=1) estavam obesos, 32% (n=8) apresentavam sobrepeso e 40% (n=10) eram eutróficos. O resultado do IMC para as meninas mostrou que 14% (n=1) eram obesas graves, 43% (n=3) tinham sobrepeso e 43% (n=3) estavam eutróficas. Conclusão: Conclui-se que as crianças atendidas de ambos os sexos iniciaram o projeto em sua maioria com sobrepeso e obesidade, situação que pode agravar os sintomas da asma. (UNIVERSIDADE FEEVALE)

Palavras-chave: Asma. Perfil Nutricional. Índice de Massa Corporal. Reabilitação Pulmonar.

¹Autor(es) ²Orientador(es)

Email (samantasparremberger@feevale.br e samcla@sinos.net)

Relação do IMC com o Estadiamento da doença em sujeitos com DPOC

Mirela Christmann¹; Cláudia Denicol Winter²

Introdução: A Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica é definida como uma enfermidade respiratória capaz de ser prevenida e tratada e caracterizada por obstrução crônica do fluxo aéreo, não totalmente reversível, refletindo em consequências sistêmicas. A DPOC é classificada pelos estadiamentos conforme GOLD - Global Initiative for Chronic Obstructive Lung Disease (2006), a partir da gravidade da doença e de acordo com valores espirométricos e a sintomatologia. O Índice de Massa Corporal (IMC) é um indicador do estado nutricional em pacientes com DPOC e é amplamente utilizado conforme o protocolo da ATS - American Thoracic Society (2006), considerando o ideal entre 21 e 27Kg/m². As alterações do estado nutricional afetam diretamente a elasticidade, força, resistência e capacidade muscular respiratória. A perda de peso está associada a um sinal clínico da evolução da doença e ocorre pela diminuição do consumo de alimentos e aumento do gasto energético, além disso, estudos sugerem que o IMC abaixo do preconizado está associado a piora da qualidade de vida e maior mortalidade destes pacientes. A obesidade tende a prejudicar a função muscular respiratória, provocando falta de ar durante o exercício, reduzindo a carga de atividade e aumentando o peso corporal. Embora não exista cura, a DPOC pode ser controlada através do diagnóstico adequado, uso contínuo de medicações e reabilitação pulmonar. **Objetivo:** Avaliar a relação entre o Índice de Massa Corporal de pacientes com Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica e o Estadiamento da doença. **Metodologia:** Foi realizado um estudo retrospectivo, observacional descritivo. Foram analisados prontuários de 95 pacientes participantes de um Projeto de Reabilitação Pulmonar, entre o período de 2003 a 2011. Os dados analisados foram Índice de Massa Corporal e o Estadiamento da doença no início da reabilitação. **Resultados:** De acordo com os resultados 44,2% (n=42) eram do sexo feminino e 55,8%(n=53) do sexo masculino, a média de idade foi de 65,74 dp±8,1 anos, a média de IMC foi de 26,08 dp±4,44 Kg/m². Em relação ao Estadiamento, prevaleceu Estadiamento II com 70,5%(n=67) e com Estadiamento I, 25,3%(n=24) e Estadiamento III, 4,2%(n=4). **Conclusão:** Estes resultados mostram que mantendo um IMC adequado contribui evitando o agravamento da doença pois a maioria está no estágio II da doença. (UNIVERSIDADE FEEVALE)

Palavras-chave: Correlação entre IMC e Estadiamento. Frequência de gênero, do IMC e estadiamento. Média de idade e IMC.

¹Autor(es) ²Orientador(es)

Email (mirela_christmann@hotmail.com e samcla@sinos.net)

RELAÇÃO ENTRE O CONSUMO DE GORDURA SATURADA E RISCO CARDIOVASCULAR EM IDOSOS DE NOVO HAMBURGO, RS

Raquel Peter Maldaner¹; Bruna Iara Pinheiro de Souza¹; Michele Dresch¹; Flavia Porto Wieck²; João Carlos Jaccottet Piccoli²

Justificativa: No Brasil e no mundo há um crescente aumento na população idosa, portanto nas últimas décadas, a ocorrência de Doenças Crônicas Não-Transmissíveis (DCNT) tem aumentado significativamente (BRASIL, 2011). Atualmente a transição epidemiológica brasileira, contribui para mudanças quali e quantitativamente significativas nos padrões de atividade física, composição corpórea e alimentar da população (MARCHIONI; FISBERG, 2009). **Objetivo:** O objetivo é avaliar o consumo diário de gordura saturada e analisar o estado nutricional, bem como o risco para doenças cardiovasculares. **Metodologia:** Trata-se de um estudo quantitativo e transversal, realizado com 200 idosos integrantes de grupos de convivência, de ambos os sexos e com idade entre 60 e 79 anos. Para avaliar o consumo diário de gordura saturada foram utilizados os instrumentos Recordatório de 24 Horas (R24H) e o Questionário de Frequência Alimentar (QFA), com apenas os itens de maior relevância para o estudo. O estado nutricional e risco para doenças cardiovasculares foram definidos através do Índice de Massa Corporal (IMC)(OPAS, 2003) e Circunferência da Cintura (CC)(OPAS, 2003) respectivamente. **Resultados:** A amostra final se constituiu de 196 idosos com média de idade de 69,71 anos ($\pm 5,193$), sendo a maioria (N=172) do sexo feminino. Com relação ao IMC, 55,6% dos participantes foram classificados entre sobrepeso e obesidade, enquanto que 37,8% estão eutróficos e apenas 6,6% com baixo peso. De acordo com a circunferência da cintura, 59,9% das mulheres apresentou valores acima de 88 cm, enquanto que apenas 33,3% dos homens se encontram na faixa de risco. Os alimentos mais citados como consumidos diariamente foram o leite integral, chocolate, nata e carne de gado, enquanto que a média de percentual de gordura saturada (%GS) ingerida foi de 4,20 ($\pm 1,72$), estando abaixo do limite máximo preconizado que é de 7% do valor energético total. Não houve correlação entre as variáveis antropométricas e com o %GS, apenas entre o IMC e a CC. **Considerações Finais:** Observou-se maior prevalência de idosos com excesso de peso. As mulheres necessitam de atenção especial, uma vez que a maioria apresenta risco para doenças metabólicas e cardiovasculares. Os alimentos consumidos diariamente são característicos da região, e apesar de serem ricos em gordura saturada, este valor encontra-se dentro dos parâmetros. (UNIVERSIDADE FEEVALE; Feevale)

Palavras-chave: Idosos. Estado nutricional. Gordura saturada. Risco cardiovascular.

¹Autor(es) ²Orientador(es)

Email (raquel.maldaner@globocom e flaviapw@feevale.br)

Resgate de Receitas Antigas - Bolo de Coco

Simone dos Santos¹; Eva Isabel Kley Orso¹; Vágner Mallmann Paim¹; Janaína Mendes Azambuja¹; Hosana Maria Speranza Cimadon²

Com o objetivo de valorizar preparações culinárias dos antepassados realizou-se uma busca por cadernos de culinária antigos. Metodologia: foram analisados três cadernos de receitas e escolhida uma receita: Torta de Coco, retirada do livro manuscrito em alemão, pela Sra. Alzira Seibel, no ano de 1938. A tradução da receita foi feita pela Sra. Ivonne, filha da Sra. Alzira. A partir da escolha da receita, uma pesquisa sobre a origem da torta foi feita em diversas fontes. A coleta de dados serviu de ponto de partida para colocar em prática a receita, que foi testada na cozinha da Universidade FEEVALE e experimentada pelo grupo de alunos da turma de Introdução à Gastronomia e Nutrição Básica bem como pela professora Hosana, responsável pela disciplina no primeiro semestre de 2012. A partir dos dados levantados sobre o Kokos Torte e da pesquisa feita em busca de maiores informações sobre a torta, pode-se observar que há inúmeras receitas semelhantes nos dias atuais, mas com variações e nomes diferentes. O trabalho de resgate de uma receita antiga, apreciada pela maioria, mostrou e comprovou que, apesar das diferenças encontradas no decorrer dos anos, ainda tem como base a receita de 1938. Os tempos mudam, mas há coisas que se eternizam, como o Kokos Torte, por exemplo. (UNIVERSIDADE FEEVALE)

Palavras-chave: Resgate. Receita. Bolo de coco.

¹Autor(es) ²Orientador(es)

Email (s1m0n1@hotmail.com e cimadon@feevale.br)

Risco de Lesão e Percentual de Gordura Corporal de Atletas de Voleibol Feminino

Miriam Pereira¹; Leticia Gabriele Brugnera¹; Greice Nicole Haas Eltz¹; Raquel Peter Maldaner¹; Gabriela Carolina Reinheimer¹; Maria Helena Weber²; Magali Pilz Monteiro da Silva²; Francisco Carlos Lemes de Menezes²

O voleibol é um dos esportes que possui no seu fundamento o impacto, o que pode levar aos praticantes suscetíveis lesões causadas tanto por movimentos repetitivos quanto por colisões resultantes das ações motoras. Estudos indicam que durante o jogo de voleibol, entre cortadas e bloqueios, os saltos correspondem de 50 a 60% das ações motoras. A massa corporal tem influência direta na magnitude da força de impacto durante uma colisão, e no desempenho na impulsão vertical. O objetivo deste estudo foi relacionar a gordura corporal e o risco de lesão em atletas de voleibol feminino. Metodologia: O estudo está fundamentado em um paradigma quantitativo, observacional descritivo, os instrumentos de avaliação foram o método de dobras cutâneas - equação de Lohman (1980) para verificar o percentual de gordura corporal (%G) e Testes de Saltos a distância, cruzado e triplo para identificar o risco de lesão, de 12 atletas de voleibol feminino participantes do projeto de extensão “Equipes Universitárias Esportivas” de uma Instituição de Ensino Superior do Vale do Rio do Sinos. Para analisar os resultados foi utilizado a estatística descritiva, obtendo as médias e as frequências e na correlação entre as duas variáveis foi utilizado o programa SSPS versão 20.0, onde foi aplicado o Teste de Pearson Chi-Square. Resultados: Na média dos três saltos, 58,3% (n=7), do total da amostra (n=12), apresentaram risco de lesão. Se compararmos os resultados individuais dos testes de salto, o que apresentou maior percentual de risco foi o Salto à distância com 66,7% (n=8), em segundo com 41,7% (n=5) foi o salto cruzado, já o salto triplo obteve um percentual de apenas 25% (n=3) para risco de lesão. Verificou-se também que 100% das atletas apresentaram percentual de gordura acima do indicado (14%). Conclusão: Ao correlacionarmos as duas variáveis, risco de lesão e percentual de gordura, observamos que apesar do elevado risco de lesão, não houve correlação estatisticamente significativa, o que pode também estar associado ao tamanho da amostra. (UNIVERSIDADE FEEVALE)

Palavras-chave: Lesão. Nutrição. Fisioterapia. Prevenção.

¹Autor(es) ²Orientador(es)

Email (mimidiefenthaeler@yahoo.com.br e helenaweber@feevale.br)

Segurança do trabalho e saúde

Rejane Bernadete Vacari Mattana¹; Sonia Lizette Rodrigues Linden²; Miriam Pohren Sommer²

Introdução: Semana Interna de Prevenção de Acidentes do Trabalho ou SIPAT é um evento obrigatório nas empresas brasileiras segundo a legislação trabalhista. Deve ser organizada anualmente pela Comissão Interna de Prevenção de Acidentes (CIPA) com o objetivo de conscientizar os empregados sobre a saúde e segurança no trabalho além da prevenção de acidentes. Pelo exposto, a Segurança do Trabalho da Empresa Plínio Flack do município de Campo Bom, através do Evento da Feira à Sipat solicitou ao curso de Nutrição da Universidade da Feevale uma avaliação do estado nutricional e orientações nutricionais, aos operários no intervalo das 11h:00min às 14h:00min do dia 09 de novembro de 2011. Sendo que, nos últimos tempos, já se foi comprovado que o risco de se desenvolver patologias tais como a hipertensão arterial, doença arterial coronariana e diabetes Mellitus tipo 2, está intimamente relacionado ao grau de obesidade que o indivíduo apresenta. Para se estabelecer esse risco e auxiliar o controle tanto dos profissionais de saúde e desporto quanto da população em geral, a Organização Mundial de Saúde (OMS) criou o Índice de Massa Corporal (IMC). Objetivo: avaliar o estado nutricional e oferecer orientação alimentação saudável. Metodologia: um estudo quantitativo focado num grupo de 50 operários, sendo 30 do sexo feminino e 20 do sexo masculino com a descrição do estado nutricional e cálculo do IMC. (PRODANOV, 2009). Discussão dos dados: a média de idade dos homens ficou em 32,85 e das mulheres em 33,30. Calculou-se o IMC da amostra a partir do peso/altura. Diagnosticou-se o IMC de ambos os sexos e encontrou-se uma média de 25,67 às mulheres e de 25,59 aos homens. A amostra aprestou uma média de IMC acima de 25.0 que representa sobrepeso. Conclusão: O excesso de peso apresenta risco aumentado às doenças crônicas não transmissíveis. Sugere-se a medida da cintura para verificar gordura visceral e uma incisiva reeducação alimentar junto ao grupo. (UNIVERSIDADE FEEVALE; FEEVALE)

Palavras-chave: sobrepeso, segurança do trabalho, avaliação nutricional

¹Autor(es) ²Orientador(es)

Email (rb.mattana@bol.com.br e sonialinden@gmail.com)