

DIAGNÓSTICO DOS HÁBITOS ALIMENTARES, EXCESSO DE PESO E OBESIDADE EM JOVENS DA ÁREA METROPOLITANA DO PORTO

NUTRITION 20 > 30
ACT FOR TOMORROW

XIX Congresso de Nutrição e Alimentação da Associação Portuguesa de Nutrição

9 | 10 SETEMBRO '20

EDIÇÃO ONLINE



Maria Alice Martins¹, Manuela Pontes², Diogo Guedes Vidal², André Santana Costa² e Lilian Monteiro Ferrari Viterbo²

¹ UCC da Senhora da Hora – Unidade Local de Saúde de Matosinhos

² Unidade de Investigação UFP em Energia, Ambiente e Saúde – Universidade Fernando Pessoa

Introdução: A Organização Mundial de Saúde apresenta uma estratégia de intervenção para a obesidade infantil alicerçada em três domínios: atuação sobre os cuidados primários de saúde; as mediações junto das famílias; e as ingerências desenvolvidas pelas escolas.

Objetivos: Caracterizar os hábitos alimentares e analisar a relação com o excesso de peso e obesidade nos jovens.

Métodos: Diagnóstico do estado nutricional e do comportamento alimentar a uma amostra de 320 jovens, habitantes da Área Metropolitana do Porto.

Resultados: Prevaleram jovens do sexo feminino (53,1 %) e com uma média de idade de 16,2±1,0 anos. Os padrões de consumo alimentar indicam um consumo excessivo de refrigerantes e açúcares e uma reduzida ingestão de frutas, consumidas até 4 vezes por semana (29,4 %), e hortaliças, consumidas no máximo três vezes por mês (cerca de 50 %), não sendo verificadas diferenças significativas entre os sexos ($p > 0.05$). Verificou-se a existência de diferenças significativas na ingestão de calorias, proteínas, hidratos de carbono, ferro, e de sódio, para todas as idades em ambos os sexos ($p < 0.05$).

Tabela 1. Distribuição da população por percentis de acordo com os critérios do CDC, em função do sexo e da idade cronológica. (%)

	IMC					
	< 85		85 - 95		> 95	
	Frequência	%	Frequência	%	Frequência	%
CDC						
Sexo						
Feminino (n=169)	136	52,9%	27	55,1%	6	42,9%
Masculino (n=150)	120	46,7%	22	44,9%	8	57,1%
Idade						
15 anos (n=93)	72	28,0%	14	29,2%	7	50,0%
16 anos (n=112)	97	37,7%	13	27,1%	2	14,3%
17 anos (n=68)	51	19,8%	15	31,3%	2	14,3%
18 anos (n=46)	37	14,4%	6	12,5%	3	21,4%

31,3 % dos adolescentes com sobrepeso possuem 17 anos, sendo a obesidade mais comum aos 15 anos (50 %).

Relativamente critério utilizado (CDC vs. Cole) verifica-se, respetivamente, uma prevalência de 15 % e 16,9 % de sobrepeso, e de 4,4 % e 3,8 % de obesidade para a totalidade da amostra.

Tabela 2. Caracterização do estado de nutrição (IMC) da totalidade da amostra em função dos critérios do CDC e de Cole (%)

	Percentis IMC					
	< 85		85 - 95		> 95	
	n	%	n	%	n	%
CDC	257	80,6%	48	15,0%	14	4,4%
Cole	253	79,3%	54	16,9%	12	3,8%

Conclusões: Os resultados indiciam um desequilíbrio do estado nutricional dos participantes, esboçado pelos valores de sobrepeso e obesidade, o que se relaciona, de algum modo, com os comportamentos alimentares referenciados.