

Nutrição® **EM PAUTA**

ISSN 2236-1022 A REVISTA DOS MELHORES PROFISSIONAIS DE NUTRIÇÃO

R\$30,00 - setembro 2022

Ano 12

Número 70

Edição Digital

São Paulo



MEGAEVENTO NUTRIÇÃO 2022

www.nutricaoempauta.com.br



ANAIS DO CONGRESSO ||

Exclusividades do Dietbox para deixar seu trabalho como **nutricionista** ainda mais incrível

O mais completo software de Nutrição do Brasil está evoluindo com você todos os dias para entregar a melhor experiência para os nutricionistas e os milhões de pacientes que usam o Dietbox.



Atendimento Clínico completo



Ferramentas de fidelização



Plataforma educativa

Além das inovações que revolucionam o seu trabalho, **o Dietbox vai além:**

Reduza as faltas no seu consultório

Nossa integração com o WhatsApp permite notificar os seus pacientes e diminuir as faltas. É só ativar os lembretes e o Dietbox faz o resto 😊

Ofereça a melhor experiência

Com o aplicativo, seus pacientes contam com tudo que é preciso para seguir o acompanhamento na palma da mão. Plano alimentar, metas, chat com o nutri, receitas, marcação de consulta e muito mais!

Aumente a sua visibilidade

Seja encontrado por milhares de pacientes. Basta preencher seu perfil profissional e disponibilizar horários para marcação de consulta. Além disso, você conta com integração com o Canva, modelos de posts e ebooks que vão te ajudar a impulsionar seu marketing.

LANÇAMENTO LANÇAMENTO LANÇAMENTO

VITAMINA PODCAST

O Vitamina D é um bate-papo sobre Nutrição, saúde, bem-estar, carreira do nutri e comportamento alimentar comandado pelo time de nutricionistas da Dietbox.

Na nossa vitamina, entram ingredientes como alimentos, cultura, estilo de vida, desmistificação da alimentação saudável e ciência – sempre com tom bem leve e gostoso de saborear.

É conteúdo com vitamina D, de Dietbox.

academy.dietbox.me/podcast

Ouçá no Spotify
Assista no Youtube



Mega Evento Nutrição 2022

Edição Especial

Anais do Congresso

Nutrição e Saúde

- 23º Congresso Internacional de Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida
- 23º Congresso Internacional de Gastronomia e Nutrição
- 10º Congresso Multidisciplinar de Nutrição Esportiva
- 18º Fórum Nacional de Nutrição
- 17º Simpósio Internacional da American Academy of Nutrition and Dietetics (EUA)
- 15º Simpósio Internacional da Nutrition Society (Reino Unido)
- 15º Simpósio Internacional de Gastronomia (Le Cordon Bleu)

18 à 20 de agosto de 2022

On-line

Todas as atividades do congresso estarão disponíveis por 3 meses a partir do primeiro dia do evento.

Em sua 23ª edição em 2022, fortalecendo e valorizando a Nutrição baseada em evidências científicas, é o único congresso realizado no Brasil que conta com o apoio e presença das principais e mais importantes entidades internacionais da Nutrição e da Gastronomia, destaca

a Dra. Sibeles B. Agostini, Presidente do Congresso.

Congressos Internacionais

São 5 eventos internacionais que contam com o apoio e a presença das maiores e principais entidades internacionais da nutrição e da gastronomia.

Congressos Nacionais

São 2 eventos nacionais gerando discussões e trazendo novidades e inovações nos setores da Nutrição, Saúde e Alimentação.

Presidente do Congresso



Dra. Sibeles B. Agostini
CRN 1066 – 3ª Região



Assine: (11) 5041.9321
assinaturas@nutricaoempauta.com.br
FALE CONOSCO: (11) 5041.9321
contato@nutricaoempauta.com.br
www.nutricaoempauta.com.br

Nutrição^{EM PAUTA}

A REVISTA DOS MELHORES PROFISSIONAIS DE NUTRIÇÃO
ISSN 2236-1022
Ano 12 - número 70 - setembro 2022 - edição digital

Editora Científica
Diretor

Dra. Sibe B. Agostini | redacao@nutricaoempauta.com.br
Cláudio G. Agostini Jr. | diretoria@nutricaoempauta.com.br

Conselho Científico

Prof. Dra. Andréa Ramalho (UFRJ/RJ), Prof. Dra. Avany Fernandes Pereira (UFRJ/RJ), Prof. Dra. Claudia Cople (UERJ/RJ), Prof. Dr. Dan Waitzberg (FMUSP/SP), Prof. Dra. Eliane de Abreu – (UFRJ/RJ), Prof. Dra. Fernanda Lorenzi Lazarim (UNICAMP/SP), Prof. Dra. Flávia Meyer (UFRGS/RS), Prof. Dra. Josefna Bressan (UFV/MG), Prof. Dra. Joy Dauncey (Cambridge/UK), Prof. Dra. Lilian Cuppari (UNIFESP/SP), Prof. Dra. Marcia Regina Vitolo (UNISINOS/RS), Prof. Dra. Maria Margareth Veloso Naves (UFG/GO), Prof. Dr. Mauro Fisberg (UNIFESP/SP), Prof. Dr. Melvin Williams (Maryland/USA), Prof. Dra. Mirtes Stancanelli (UNICAMP/SP), Prof. Dra. Nailza Maestá (UNESP/SP), Prof. Dra. Nelzir Trindade Reis (UVA/RJ), Prof. Dr. Ricardo Coelho (UNIUBE/MG), Prof. Dr. Roberto Carlos Burini (FMUNESP/SP), Prof. Dra. Rossana Pacheco da Costa Proença (UFSC/SC), Prof. Dra. Sonia Tucunduva Phillipi (USP/SP), Prof. Tereza Helena Macedo da Costa (UnB/DF), Prof. Dra. Tais Borges Cesar (FCF-UNESP/SP).

Consultor de Gastronomia
Colaboradores

Chef Patrick Martin
Chef Fabiana B. Agostini

Fotógrafo
Assinaturas
Indexação
Editoração Eletrônica

Alexandre Agostini
assinaturas@nutricaoempauta.com.br
A revista Nutrição em Pauta está indexada na Base de Dados PERI da ESALQ/USP
Produzida em setembro de 2022

Índice

- 5. Grade da Programação Científica
- 6. Trabalhos Premiados
- 7. Comissão Científica
- 7. Congressos, Fóruns e Simpósios
- 19. Trabalhos Científicos

Nutrição em Pauta - A Revista dos melhores Profissionais da Nutrição

Com 30 anos de existência, a Nutrição em Pauta tem definido tendências nas diversas áreas da nutrição, saúde e alimentação, sempre trazendo para os profissionais do setor o que há de mais avançado e comprovado cientificamente.

Voltada especificamente para a atualização dos profissionais das áreas de nutrição, saúde e alimentação, tem realizado por ano mais de 60 Cursos e Congressos de alto nível em todo o país, nas áreas de Nutrição Clínica, Nutrição e Esportes, Nutrição e Pediatria, Nutrição e Saúde Pública, Alimentos Funcionais, Food Service e Gastronomia.

A revista Nutrição em Pauta é uma revista científica, indexada na Base de Dados PERI da ESALQ/USP e pontuada pela CAPES. Fazem parte da comissão científica da revista renomados pesquisadores das principais universidades do país.

O site da Nutrição em Pauta contém: resumos dos artigos e matérias de capa publicados desde 1998, os eventos mais importantes da área, entrevistas atualizadas sobre relevantes assuntos do setor e notícias científicas atuais, originadas de publicações científicas reconhecidas (nacionais e internacionais). Os assinantes da revista tem, a partir de jan/2005, acesso aos artigos na íntegra dentro do site.

São mais de 3.000 artigos, notícias científicas e entrevistas com informações atualizadas e confiáveis sobre os temas mais importantes da atualidade em saúde e nutrição, tais como: nutrigenômica, alimentos funcionais, nutrição e neurociência cognitiva, gastronomia molecular, nutrição e envelhecimento saudável, nutrição e ecologia, e muito mais; disponíveis na Base de Dados da revista, com um mecanismo de buscas fácil de utilizar.

É o site número 1 da nutrição na internet, sendo referência para os profissionais, pesquisadores, professores e estudantes do setor.

Mega Evento Nutrição 2022

Programação Científica

PROGRAMAÇÃO CIENTÍFICA			
Auditório	18/ago - Quinta	19/ago - Sexta	20/ago - Sábado
Sala Virtual 1	15º Simpósio Internacional da Nutrition Society (Reino Unido) 17º Simpósio Internacional da American Academy of Nutrition and Dietetics (USA) 23º Congresso Internacional de Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida	23º Congresso Internacional de Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida	23º Congresso Internacional de Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida
Sala Virtual 2	15º Simpósio Internacional de Gastronomia (Le Cordon Bleu) 18º Fórum Nacional de Nutrição - Saúde Pública	23º Congresso Internacional de Gastronomia e Nutrição	23º Congresso Internacional de Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida
Sala Virtual 3	18º Fórum Nacional de Nutrição Clínica 18º Fórum Nacional de Nutrição Esportiva	10º Congresso Multidisciplinar de Nutrição Esportiva	10º Congresso Multidisciplinar de Nutrição Esportiva

.....TRABALHOS PREMIADOS.....

TEMAS LIVRES E PÔSTERES	
Congressista/Área	Trabalho Premiado
Pedro Rocha (Tema livre em Saúde Pública)	ELABORAÇÃO DA TABELA BRASILEIRA DE TEOR DE CAFEÍNA – TBTC. Rocha, P.*, Lima, A., Reis, C. Programa de Pós-Graduação em Nutrição Humana, Faculdade de Ciências da Saúde, Universidade de Brasília, Brasília, Brasil. *Autor Apresentador
Isadora Aguiar Martins Rocha (Tema Livre em Nutrição Clínica)	EIXO INTESTINO-CÉREBRO: CORRELAÇÃO ENTRE MICROBIOMA INTESTINAL E O DESENVOLVIMENTO DE TRANSTORNOS PSIQUIÁTRICOS. *MARTINS, I.1,2; OLIVEIRA, H.1,3; SAMPAIO, L.1,4; AL ASSAL, K; PERIM, P; LEITE, GSF5; RIBEIRO, F.5. 1 - Centro Universitário São Camilo, São Paulo, Brasil. 2 - Universidade de São Paulo, Faculdade de Medicina, Núcleo de Obesidade do Instituto de Psiquiatria. 3 - Universidade de São Paulo, Faculdade de Medicina, Grupo de Pesquisa em Fisiologia Aplicada e Nutrição. 4 - Universidade de São Paulo, Instituto de Ciências Biomédicas, Departamento de Farmacologia. 5 - Universidade de São Paulo, Faculdade de Ciências Farmacêuticas, Departamento de Tecnologia Bioquímica-Farmacêutica. *Autor apresentador
Karina Pfrimer (Tema Livre em Food Service / Gastronomia)	MARCAÇÃO INTRÍNSECA DE FEIJÃO COMUM COM ÓXIDO DE DEUTÉRIO PARA PERMITIR ESTIMATIVAS DE DIGESTIBILIDADE DE PROTEÍNAS. *Pfrimer K, 1,2 PhD, Branco R.B.F.3, Preston T.4, Salles M.M.S.V. 3, Roma-Junior L.C.3, Ferrioli E.1 1Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto – SP, Brasil; 2 Universidade de Ribeirão Preto, Curso de Nutrição, Ribeirão Preto Brazil; 3 Agência Paulista de Tecnologia e Agronegócio (APTA), Ribeirão Preto, Brazil; 4 Scottish Universities Environmental Research Centre, University of Glasgow, Scottish, UK; *Autor apresentador
Higor Alexandre Oliveira (Tema Livre em Nutrição Esportiva)	OS DIFERENTES PROTOCOLOS DE SUPLEMENTAÇÃO DO GLICEROL NA HIPER-HIDRATAÇÃO PARA A MELHORA DA PERFORMANCE ESPORTIVA. *OLIVEIRA, H.1,2; MARTINS, I.1,3; SAMAJASKAS, R.1.; NAVES, A5; PERIM, P; CAPISTRANO JÚNIOR, VLM6; RIBEIRO, F7.1 - Centro Universitário São Camilo, São Paulo, Brasil. 2 - Universidade de São Paulo, Faculdade de Medicina, Grupo de Pesquisa em Fisiologia Aplicada e Nutrição. 3 - Universidade de São Paulo, Faculdade de Medicina, Núcleo de Obesidade do Instituto de Psiquiatria. 4 - Universidade de São Paulo, Escola de Educação Física e Esporte, Faculdade de Medicina, Grupo de Pesquisa em Fisiologia Aplicada e Nutrição. 5 - Nutreex, Nutrição Esportiva de Excelência Clínica, São Paulo, Brasil. 6 - Universidade Federal do Ceará, Departamento de Farmacologia, Fortaleza, Brasil. 7 - Universidade de São Paulo, Faculdade de Ciências Farmacêuticas, Departamento de Tecnologia Bioquímica-Farmacêutica. * Autor apresentador
Flavia Reis Ferreira de Souza (Pôster em Nutrição Clínica)	EFEITO DO TRATAMENTO COM COENZIMA Q10 SOBRE O COMPORTAMENTO TIPO-DEPRESSIVO INDUZIDO POR ENCEFALOPATIA SÉPTICA. Souza, F. R. F.; Maciel, T. S.; Melo, L. M.; Estevam, E. S.; Reis, L.; Franco, P. P.; Vieira, F. V.; Novais, C. O.; Rosa, E. A. A.; Pinheiro, L. C.; Giusti, F. C. V.; Giusti-Paiva, A.; Laboratório de Fisiologia, PPGNL, UNIFAL, Alfenas, Minas Gerais, Brasil. 1Autor apresentador.
Vitória Nascimento (Pôster em Nutrição e Saúde Pública)	REPERCUSSÕES DA INSEGURANÇA ALIMENTAR EM CRIANÇAS REFUGIADAS. *Nascimento, V; Luz, M; Pereira, B; Viana, V. Centro Universitário do Estado do Pará (CESUPA); Faculdade Integrada da Amazônia (FINAMA), Belém, Brasil. *Autora apresentadora
Ana Carolina Meireles (Pôster em Nutrição Esportiva)	INFLUÊNCIA DA INGESTÃO DE UMA BEBIDA À BASE DE ÓLEO ESSENCIAL DE HORTELÃ-PIMENTA NO STATUS DE HIDRATAÇÃO DE CORREDORES RECREACIONAIS. Miranda Neto, M.; *Meireles, A.; Silva, A. Universidade Federal da Paraíba, João pessoa, Brasil. *Apresentadora do trabalho
Mirelly dos Santos Amorim (Pôster em Food Service / Gastronomia)	COMPOSIÇÃO CENTESIMAL E PARÂMETROS DE QUALIDADE DE MÉIS COMERCIALIZADOS EM CUIABÁ - MATO GROSSO. Amorim, M. S.1*, Almeida, M. R.2, Santos, J. A.2, Oliveira, L. C. P.2, Rodrigues, E. C.3, Siqueira, N. F. M. P.3, Faria, R. A. P. G.3 1Doutoranda em Nutrição, Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP), campus São Paulo. 2Mestras pelo Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Estado de Mato Grosso (IFMT), Programa de Pós-Graduação em Ciência e Tecnologia de Alimentos, campus Cuiabá - Bela Vista, Mato Grosso, Brasil.3Docentes do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Estado de Mato Grosso (IFMT), Programa de Pós-Graduação em Ciência e Tecnologia de Alimentos, campus Cuiabá - Bela Vista, Mato Grosso, Brasil. *Autora apresentadora.

.....
COMISSÃO CIENTÍFICA
.....

Prof. Dr. Alan Ferreira
Prof. Dr. Felipe Ribeiro
Profa. Dra. Fernanda Lazarini
Profa. Dra. Jéssica Helena da Silva
Profa. Dra. Leila Hashimoto
Profa. Dra. Luciana Setaro
Profa. Dra. Maria Cristina Rubim
Profa. Dra. Michelle Reichmann
Profa. Dra. Nathália Farinha
Profa. Dra. Sandra Maria Chemin Seabra da Silva
Profa. Dra. Sibebe B. Agostini
Profa. Dra. Sula de Camargo
Profa. Dra. Thais Manfrinato Miola
Profa. Dra. Vera Salvo
Profa. Dra. Vera Silvia Frangella
Profa. Dra. Viviane Laudelino Vieira

.....
**23º CONGRESSO INTERNACIONAL DE
NUTRIÇÃO, LONGEVIDADE &
QUALIDADE DE VIDA**
.....

23º Congresso Internacional de Nutrição, Longevidade e
Qualidade de Vida – Sala Virtual 1

18/agosto/22 – quinta -15h – 18h30

18/agosto/2022 - 15h – 18h30 - Abordagens não Dieta:
Perspectivas, Expectativas e Resultados

Presidente Mesa – Profa. Dra. Vera Salvo - Pós doutora nos temas Mindfulness e Mindful eating pelo Depto de Medicina Preventiva da UNIFESP/EPM. Idealizadora do 1º protocolo brasileiro de Mindful Eating. Destaque Profissional 2019 CRN3. Conselheira CRN3 na gestão 2020-2023. Instrutora de Mindfulness , Mindful Eating e Desenvolvimento da Compaixão Baseado em Mindfulness. Member of Center for Mindful Eating (TCME) e da American Mindfulness Research Association (AMRA). Nutricionista com especialização em Nutrição Clínica e Teorias e Técnicas para cuidados integrativos.

15h – 15h45 - Mindful Eating na Prática Clínica: Aplicação e Desafios

Prof. Dr. Felipe Ubaldo Barreto – Nutricionista pela Universidade Federal de Viçosa (UFV). Instrutor de Mindfulness-Based Eating Awareness Training (MB-EAT) pelo Centro Brasileiro de Mindfulness e Promoção da Saúde (UNIFESP). Capacitado pelo método ACI. Aprimorado em Transtornos alimentares pelo Ambulim (IpqHCUSP).

15h45 – 16h30 - Intuitive Eating: uma Abordagem não Prescritiva da Nutrição

Profa. Dra. Nathália Petry – Nutricionista pela Universidade Federal de Santa Catarina. Autora do livro Em Paz com a Comida. Certificada oficialmente em Intuitive Eating (Certified Intuitive Eating Counselour) pelo The Original Intuitive Eating Pros, com Evelyn Tribble. Pós-graduada em Psicologia, Nutrição e Transtornos Alimentares (UNIARA). Com experiência nacional e internacional (NEDA) em transtornos alimentares. Autora das redes sociais @debemcommeuprato.

16h30 – 17h – Intervalo

17h – 17h45 - Mindful Eating e Intuitive Eating: Interfaces e Diferenças

Profa. Dra. Fabiane Rezende – Nutricionista. Mestre e doutora em Ciência da Nutrição (UFV). Instrutora de Mindfulness (MTI) e de Mindful Eating para a Saúde (MES). Certificação em Intuitive Eating Pro Skills (CEBRATA). Coordenadora Pedagógica de Pós-Graduação Lato Sensu no Centro de Estudos Avançados em Alimentação e Comportamento (CEAAC). Pós-doutoranda da Faculdade de Ciências da Alimentação e Nutrição, Universidade do Porto, Portugal (FCNAUP).

17h45 – 18h30 - Intervenções Baseadas em Mindfulness: do Prato para a Vida

Profa. Dra. Vera Salvo – Nutricionista pelo Centro Universitário São Camilo. Pós doutora nos temas Mindfulness e Mindful Eating. Especialização em Nutrição Clínica e Teorias e Técnicas para Cuidados Integrativos. Instrutora de Mindfulness (UNIFESP), Mindful Eating (Califórnia) e Cultivo da Compaixão Baseado em Mindfulness (México). Prêmio Destaque Profissional 2019 (CRN3). Autora do Melhor trabalho científico do CONGREPICS 2021.

Autora do 1º protocolo brasileiro de Mindful Eating e da 1ª formação profissional em Mindful Eating no Brasil. Autora do livro Pitadas de consciência – Temperando a vida com Mindfulness.

19/agosto/22 – sexta - 8h30 - 17h30

8h30-12h - As Várias Facetas da Atuação do Nutricionista Clínico

Presidente Mesa – Prof. Dra. Vera Silvia Frangella - Docente do curso de Graduação em Nutrição. Coordenadora do Curso de Pós Graduação em Nutrição Clínica do Centro Universitário São Camilo. Mestre e Especialista em Gerontologia pela SBGG. Especialista em Nutrição Clínica pela ASBRAN. Especialista em TNE pela SBNEP.

8h30-9h15 - Nutrição em UTI Pediátrica

Profa. Dra. Beatriz Polisel Mazzoni Venditti – Nutricionista especialista em Nutrição Clínica e Terapia Nutricional pelo Ganep. Especialista em nutrição clínica em pediatria pela FMUSP. Nutricionista clínica do Instituto da Criança HCFMUSP. Docente da pós em Nutrição Materno infantil do ICr- HCFMUSP. Docente da pós graduação em Nutrição Clínica do Centro Universitário São Camilo- São Paulo.

9h15 - 10h - Obesidade Sarcopênica e os Desafios do Nutricionista Hospitalar

Profa. Dra. Vanessa Aparecida de Santis e Silva – Nutricionista com Especialização em: Nutrição Clínica pelo CUSC. Especialização em Nutrição Esportiva pela Univ. Gama Filho; e Terapia Nutricional em Cuidados Intensivos pelo Ganep. Pós graduação em andamento em Fito-terapia e Aromoterapia pela Plenitude Educação. cursou Formação Científica em Pesquisa- Invitare. Mestre em Ciências da Saúde pela UNIFESP. Nutricionista oncológica em Hospital Público de São Paulo. Docente da pós graduação em Nutrição Clínica e Nutrição Esportiva do Centro Universitário São Camilo- São Paulo. Atende em consultório particular e é consultora científica na área de nutrição.

10h-10h30 – Intervalo

10h30-11h15 - Nutrição em Cuidados Paliativos

Profa. Dra. Caroline Leite Constantino – Nutricionista

com experiência em oncologia, Unidade de Terapia Intensiva e Equipe Multidisciplinar de Terapia Nutricional. Especialização em Nutrição Clínica e Gestão de Serviços Hospitalares.

11h15 – 12h - Gestão de Qualidade em Nutrição Clínica: onde estamos inseridos?

Profa. Dra. Thais de Campos Cardenas – Nutricionista com experiência em gestão e educação em oncologia. Mestre em Nutrição Humana pela USP. Especialista em Nutrição Clínica pela ASBRAN. Especialização em Administração Hospitalar pelo Centro Universitário São Camilo- SP; Coordenadora da Pós graduação em Nutrição Oncológica Interdisciplinar da PUC- RIO. Docente da pós graduação em Nutrição Clínica do Centro Universitário São Camilo- São Paulo.

14h – 16h45 – Saúde Mental e Nutrição: entenda a Conexão

Presidente Mesa – Profa. Dra. Lara Natacci – Mestre e doutora em Ciências pela Faculdade de Medicina da USP. Pós-doutoranda em Nutrição pela Faculdade de Saúde Pública da USP. Certificada em Coaching de Saúde e Bem Estar pelo American College of Sports and Medicine - ACSM. Fez especialização em Transtornos Alimentares na Universidade de Paris V, em Bases Fisiológicas da Nutrição no Esporte pela UNIFESP e em Nutrição Clínica Funcional pela UNIB. Membro da comissão de Comunicação da SBAN. Diretora Clínica da Dietnet Nutrição, Saúde e Bem Estar. Autora de 6 livros e 10 e-books de nutrição. Colunista da revista Veja Saúde.

14h – 14h45 - Dieta e Saúde Mental

Profa. Dra. Lara Natacci – Mestre e doutora em Ciências pela Faculdade de Medicina da USP. Pós-doutoranda em Nutrição pela Faculdade de Saúde Pública da USP. Certificada em Coaching de Saúde e Bem Estar pelo American College of Sports and Medicine - ACSM. Fez especialização em Transtornos Alimentares na Universidade de Paris V, em Bases Fisiológicas da Nutrição no Esporte pela UNIFESP e em Nutrição Clínica Funcional pela UNIB. Membro da comissão de Comunicação da SBAN. Diretora Clínica da Dietnet Nutrição, Saúde e Bem Estar. Autora de 6 livros e 10 e-books de nutrição. Colunista da revista Veja Saúde.

14h45 – 15h30 - Aspectos Fisiológicos e Nutricionais dos Transtornos Mentais

Prof. Dr. Leonardo Negrão – Nutricionista formado pela Universidade Federal do Piauí (UFPI). Doutorando, na modalidade doutorado direto, em Ciências na Faculdade de Saúde Pública da USP. Faz parte do grupo do Laboratório de Componentes Alimentares e Saúde (LACAS) da USP, estuda a relação de nutrientes e saúde mental, com foco nos mecanismos da depressão desde 2019. Membro da Diretoria da Associação Brasileira de Nutrição em Saúde Mental (ABSNUM). Ministra palestras e aulas sobre nutrição e saúde mental, e psiquiatria nutricional.

15h30 – 16h – Intervalo

16h – 16h45 - Mitos e Verdades sobre Compostos Bioativos na Saúde Mental

Profa. Dra. Vanderli Marchiori – Nutricionista e Mestranda na Faculdade de Saúde Pública USP. Docência focada em Fitoterapia e Suplementação. Consultoria em Desenvolvimento de Suplementos e Fitoterápicos. Atendimento em Consultório privado com foco em uso de plantas medicinais em planos dietéticos personalizados (ênfase em patologias diversas, autoimunes e do trato digestivo) desde 1998. Nutricionista responsável pelo Instituto Paulo Gontijo com foco em Esclerose Lateral Amiotrófica. Vice Presidente da Associação Brasileira de Nutrição e Saúde Mental. Fundadora e Conselheira da Associação Brasileira de Nutrição Esportiva. Conselheira da Associação Brasileira de Fitoterapia e Fundadora da Associação Paulista de Fitoterapia.

16h45 – 17h30 - Simpósio Satélite DietBox: Iniciando a carreira como nutricionista: como começar?

(Montando o consultório; Estratégias de marketing; Equipamentos e ferramentas essenciais para o consultório; Planejamento financeiro; Tecnologia na nutrição; Fidelização e criação de diferencial)

Profa. Júlia Sommer Canabarro – Nutricionista pela Universidade Federal de Pelotas. Pós-graduada em Nutrição Clínica e Esportiva pelo IPGS e Pós-graduanda em Nutrição Clínica e Estética. Capacitada em Nutrição Hospitalar pelo HCPA. Trabalhou em clínicas de estética, e, atualmente, atende em consultório o público que busca emagrecimento por meio de reeducação alimentar e uma nutrição mais gentil e integrativa. Além disso, faz parte da

equipe de Nutricionistas do Dietbox atuando na área de Customer Experience.

Profa. Bettina Del Pino – Nutricionista pela PUCRS. Pós-graduada em Nutrição Clínica e Esportiva pelo IPGS. Atende em consultório desde 2016 na área de nutrição esportiva com foco em emagrecimento por meio de uma abordagem mais comportamental. Trabalha com grupos de emagrecimento e reeducação alimentar, com o objetivo de desmistificar a ideia de dieta restritiva e evitar o terrorismo nutricional. Faz parte da equipe de Nutricionistas do Dietbox atuando na área de Customer Experience.

20/agosto/22 – sábado - 8h30 - 16h45

8h30 – 12h - Óleos essenciais no holofote

Presidente Mesa – Profa. Dra. Sula de Camargo - Nutricionista e docente. Coordenadora Pós-graduação em Fitoterapia. Mestre em Ciências. Pós-graduada em Nutrição clínica; Educação; Gestão em saúde; Fitoterapia e Suplementação nutricional. Membro de Grupos de Trabalho de fitoterapia, e práticas integrativas e complementares em saúde (PICS) e convidada no GT de suplementos alimentares do Conselho Federal de Nutricionistas (CFN).

8h30- 9h15 - Como o Óleo Essencial da Mentha x Piperita pode Auxiliar no Tratamento da Síndrome do Intestino Irritável?

Profa. Dra. Sula de Camargo – Nutricionista e docente. Coordenadora Pós-graduação em Fitoterapia. Mestre em Ciências. Pós-graduada em Nutrição clínica; Educação; Gestão em saúde; Fitoterapia e Suplementação nutricional. Membro de Grupos de Trabalho de fitoterapia, e práticas integrativas e complementares em saúde (PICS) e convidada no GT de suplementos alimentares do Conselho Federal de Nutricionistas (CFN).

9h15 - 10h - Óleo Essencial de Lavandula angustifolia, por Via Oral, Tem Ação Ansiolítica e Hipnótica?

Profa. Dra. Vania Passero – Nutricionista. Docente. Formação em aromaterapia e Ayurveda. Coordenadora da Comissão Especial e Transitória em Práticas Integrativas e Complementares em Saúde - CET PICS/CFN. Atua em “homecare” há mais de 10 anos e atualmente é presidente do Conselho Regional de Nutricionistas da 10a região - CRN 10.

10h-10h30 – Intervalo

10h30-11h15 - Modulação do Apetite e Óleos Essenciais, O Que Sabemos?

Profa Dra. Deise Lopes – Nutricionista com mestrado em Nutrição Humana. Especialização em Fitoterapia. Formação em Medicina Tradicional Chinesa e Aromaterapia. Palestrante e professora em cursos de especialização em Nutrição Clínica, Fitoterapia, aromaterapia e Medicina Chinesa. Professora e palestrante. Atua em consultório há 16 anos. Membro da Grupo de trabalho de Práticas Integrativas do Conselho Federal de Nutricionistas.

11h15 – 12h - Óleos Essenciais Podem Ser Aliados no Controle da Enxaqueca?

Prof. Leandro Medeiros – Farmacêutico. Mestre em Inovação Terapêutica pela Universidade Federal de Pernambuco. Coordenador da Liga Acadêmica de Fitoterapia Médica da Unido curso de Medicina, Coordenador da Liga. Pesquisador do Grupo de Pesquisa, Tecnologia, Inovação e Cuidado em Saúde, na linha de pesquisa clínica e avaliação de tecnologias em saúde aplicadas a produtos naturais na Universidade Católica de Pernambuco. Membro do Grupo de Trabalho em Fitoterapia na Associação Brasileira de Nutrição.

14h – 16h45 - Microbiota Intestinal: Quando e Como Modular?

Presidente Mesa – Profa Dra Leila Hashimoto- Nutricionista pela Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo (USP). Doutora em Ciências pela Faculdade de Ciências Farmacêuticas da USP. Especializada em Nutrição Esportiva. Trabalhou por 10 anos em um laboratório de pesquisa da USP. Desde 2014, estuda a relação entre nutrição e o microbioma intestinal e se tornou nutrigeneticista. Atua como consultora científica e é autora de publicações científicas e capítulos de livros. Ministra palestras e aulas em cursos, webinars e congressos.

14h- 14h45 - Microbiota Intestinal: Conceitos e Aplicações

Prof. Dr. Alex Feitosa – Nutricionista. Mestre em fisiologia da nutrição pela Universidade Federal de São Paulo

(UNIFESP). Atua como nutricionista clínico, preceptor de estágios na Universidade Paulista (UNIP) e consultor científico.

14h45- 15h30 - Modulação Intestinal: O Que Dizem as Evidências?

Profa Dra Leila Hashimoto – Nutricionista formada pela Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo (USP). Doutora em Ciências pela Faculdade de Ciências Farmacêuticas da USP. Especializada em Nutrição Esportiva. Trabalhou por 10 anos em um laboratório de pesquisa da USP. Desde 2014, estuda a relação entre nutrição e o microbioma intestinal e se tornou nutrigeneticista. Atua como consultora científica e é autora de publicações científicas e capítulos de livros. Ministra palestras e aulas em cursos, webinars e congressos.

15h30 – 16h – Intervalo

16h – 16h45 - Disbiose Intestinal nas Doenças Crônicas

Dra. Giovana Martucelli – Nutricionista pelo Centro Universitário São Camilo. Pós-graduada em Nutrição Clínica e Hospitalar - Ganep Educação. Atualmente é pesquisadora voluntária do Laboratório de Nutrição e Cirurgia Metabólica do Aparelho Digestivo da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (LIM 35). Atua como consultora científica.

23º Congresso Internacional de Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida – Sala Virtual 2

20/agosto/22 – sábado - 8h30 - 12h

8h30 – 12h – Metabolismo e Nutrição

Presidente Mesa - Nathalia Ramori Farinha Wagner – Nutricionista formada e premiada pela UFPR. Especialista em fitoterapia pela ASBRAN. Pós-graduada em Nutrição Clínica Funcional e Fitoterapia pela PUC-PR. Mestre em Alimentação e Nutrição pela UFPR. Doutoranda em Clínica Cirúrgica na área de Cirurgia Bariátrica pela UFPR. Trabalha na área de emagrecimento e cirurgia bariátrica há 10 anos, é nutricionista clínica, palestrante e professora de pós graduação na área de obesidade e microbiota intestinal.

8h30-9h15 - A Influência da Crononutrição na Saúde Física e Mental.

Profa. Dra. Ligia de Oliveira Carlos – Nutricionista clínica. Doutoranda em Medicina Cirúrgica (UFPR). Mestre em Alimentação e Nutrição (UFPR). Especialista em Nutrição Parenteral e Enteral (BRASPEN). Pós-graduada em Gestão de Qualidade de Alimentos (UEL). Coach pela Academia de Nutrição e Coaching (ACN). Certificada pelo Genodiet® your genes,your diet – DNA test – DF Médica Brasil. Coordenadora da Pós-Graduação em Nutrição Comportamental (LABORO). Docente de Cursos de Pós-Graduação (Universidade Positivo, Universidade Espírita, Laboro/ Tanbrazyl, Uniandrade, Censupeg). Responsável técnica da CEQNEP Londrina.

9h15 – 10h - Estratégias Nutricionais para Otimizar a Flexibilidade Metabólica

Profa. Dra. Marília Rizzon Zapparoli Ramos – Graduada em Nutrição (UFPR) Doutora em Clínica Cirúrgica (HC/UFPR). Mestre em Alimentação e Nutrição (UFPR). Especialista em Fitoterapia (ASBRAN) Integrante do Cline Research Center.

10h – 10h30 – Intervalo

10h30 – 11h15 - Efeito Platô e Metabolismo

Profa. Dra. Maria Clara Peixoto Lopes - Nutricionista pós graduada em Emagrecimento e Metabolismo e Nutrição Esportiva e Estética. Mestranda em Alimentação e Nutrição pela Universidade Federal do Paraná (UFPR). Integrante de um grupo de pesquisa na área de obesidade, cirurgia bariátrica e microbiota intestinal. Membro da equipe multidisciplinar da clínica Obeso Gastro em Rondonópolis- MT e Kosop clínica médica em Curitiba PR.

11h15 – 12h - Terapêutica Nutricional na Inflamação Metabólica

Nathalia Ramori Farinha Wagner - Nutricionista formada e premiada pela UFPR. Especialista em fitoterapia pela ASBRAN. Pós-graduada em Nutrição Clínica Funcional e Fitoterapia pela PUC-PR. Mestre em Alimentação e Nutrição pela UFPR. Doutoranda em Clínica Cirúrgica na área de Cirurgia Bariátrica pela UFPR. Trabalha na área de emagrecimento e cirurgia bariátrica há 10 anos, é nu-

tricionista clínica, palestrante e professora de pós graduação na área de obesidade e microbiota intestinal.

.....
22º CONGRESSO INTERNACIONAL DE GASTRONOMIA E NUTRIÇÃO
.....

23º Congresso Internacional de Gastronomia e Nutrição – Sala Virtual 2

19/agosto/2022 – sexta-feira - 8h30 – 17h30

8h30 – 12h - A Gestão do Serviço de Nutrição Hospitalar na Era da Inovação Tecnológica e do Cuidado

Presidente Mesa – Profa Dra. Jéssica Helena da Silva – Administradora Hospitalar da Divisão de Gastroenterologia e Hepatologia Clínica – Instituto Central – HCFMUSP e Docente do Curso de Nutrição da Universidade Metodista de São Paulo (UMESP). Nutricionista pela UESP. Pós-Graduada em Nutrição Hospitalar (HCFMUSP). Mestre em Ciências (PRONUT) - Universidade de São Paulo (USP). MBA em Administração Hospitalar e de Sistemas de Saúde (CEAHS) - Fundação Getúlio Vargas (FGV-EA-ESP) e Green Belt – Lean Six Sigma pela Fundação Vanzolini.

9h15 – 10h - Sistemas para Gestão em Nutrição – Há Espaço para Inovação?

Profa. Dra. Daniela Alaminos – Gerente de Nutrição – Hospital Israelita Albert Einstein. Nutricionista pela Universidade de São Paulo (USP). Administradora de Empresas pela Universidade São Judas Tadeu (USJT). MBA em Finanças pelo IBMEC. Mestranda em Ensino em Saúde pela Faculdade Israelita em Ciências da Saúde Albert Einstein. Gerente de Nutrição do Hospital Israelita Albert Einstein, com mais de 30 anos de experiência em Gestão de Serviços de Nutrição e no segmento da Saúde.

10h-10h30 – Intervalo

10h30 – 11h15 - Impacto da Transformação Digital nos Serviços de Nutrição Hospitalar

Profa. Dra. Jéssica Helena da Silva – Administradora Hospitalar da Divisão de Gastroenterologia e Hepatologia Clínica – Instituto Central – HCFMUSP. Docente do Curso de Nutrição da Universidade Metodista de São Paulo (UMESP). Nutricionista pela UMEESP. Pós-Graduada em Nutrição Hospitalar (HCFMUSP). Mestre em Ciências (PRONUT)- Universidade de São Paulo (USP). MBA em Administração Hospitalar e de Sistemas de Saúde (CE-AHS) - Fundação Getúlio Vargas (FGV-EAESP) e Green Belt – Lean Six Sigma pela Fundação Vanzolini.

11h15 – 12h - Saúde Mental dos Profissionais da Saúde na Era Digital

Profa. Dra. Juliana Miyuki Garcia Tanj – Psicóloga Clínica de orientação Psicanalítica e Docente no curso de Psicologia na Faculdade Anhanguera. Especialista em Psicologia Hospitalar pelo Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (HCFMUSP), Especialista em Psicologia Obstétrica pela UNIFESP, Mestre em Ciências pela Faculdade de Medicina da USP.

14h-17h30 – Gestão de Alta Performance: Como Impulsionar os Resultados do seu Negócio em Alimentação

Presidente Mesa – Profa. Dra. Maria Cristina Rubim- Coordenadora do Curso de MBA em Gestão de Negócios em Alimentação. Docente do curso de Nutrição, no Centro Universitário São Camilo.

14h-14h45 - Gestão por indicadores e parceria com a universidade: formas de impulsionar os resultados do seu negócio.

Profa. Dra. Maria Cristina Rubim – Coordenadora do Curso de MBA em Gestão de Negócios em Alimentação. Docente do curso de Nutrição, no Centro Universitário São Camilo.

14h45- 15h30 - O uso de indicadores: relato de experiência sobre sua aplicabilidade no Hcor

Profa. Dra. Juliana Simões – Gerente de Nutrição do Hcor.

15h30 – 16h – Intervalo

16h – 16h45 - Didio Pizzas e o MBA em Gestão de Negócios São Camilo: relato de experiência de uma parceria de

sucesso.

Profa. Dra. Camila Biazini – Sócia-diretora de Operações Dídio Pizza Delivery.

16h45 – 17h30 - Consunutri e o MBA em Gestão de Negócios São Camilo: relato de experiência de uma parceria de sucesso.

Profa. Dra. Márcia Bastos – Sócia-diretora da Consunutri - Consultoria e Assessoria.

.....
**9º CONGRESSO MULTIDISCIPLINAR DE
NUTRIÇÃO ESPORTIVA**
.....

10º Congresso Multidisciplinar de Nutrição Esportiva – Sala Virtual 3

19/agosto/2022 – sexta-feira - 8h30 – 16h45

8h30-11h15 - Atualização em Prescrição de Nutrientes no Esporte e Exercício Físico

Presidente Mesa – Prof. Dr. Alan Ferreira – Nutricionista. Professor de Educação Física. Analista de Saúde do Ministério Público Federal. Pós-doutor em Análise de Dados Esportivos pela Universidade do Porto (Portugal). Doutor em Ciências do Movimento Humano UFRGS.

8h30 – 9h15 - Atualização e Prescrição de Carboidratos para Hipertrofia

Prof. Dr. Wilson Max de Moraes – Nutricionista. Professor de Educação Física. Coordenador do Curso de Nutrição do Centro Universitário Mauá. Pós-doutor em Educação Física pela Universidade Católica de Brasília. Doutor em Ciências da Saúde pela UNIFESP. Mestre em Biodinâmica do Movimento Humano pela USP.

9h15 – 10h - Atualização e Prescrição de Proteínas para Hipertrofia

Prof. Dr. Caio Reis – Professor adjunto do Departamento de Nutrição. Orientador do Programa de Pós-graduação

em Nutrição Humana da Universidade de Brasília (UnB). Doutor em Ciências da Saúde pela UnB com estágio no Human Nutrition Research em Cambridge (Inglaterra). Mestre em Ciência da Nutrição pela Universidade Federal de Viçosa.

10h-10h30 – Intervalo

10h30 – 11h15 - Atualização e Prescrição de Cafeína no Esporte

Prof. MSc. Guilherme Falcão Mendes – Nutricionista. Doutorando em Nutrição Humana e Mestre em Educação Física pela Universidade de Brasília. Especialista em Nutrição Clínica pela ASBRAN. Docente do curso de Nutrição da Universidade Católica de Brasília.

14h – 16h45 - Nutrição no Alto rendimento e Vegetarianismo no Esporte

Presidente Mesa – Profa. Dra. Luciana Setaro- Nutricionista pelo Centro Universitário São Camilo. Especialista em Fisiologia do Exercício pela UNIFESP. Mestre em Nutrição Humana Aplicada pela USP. Doutora em Ciências dos Alimentos pela USP. Coordenadora do curso de Pós graduação em Nutrição Esportiva em Wellness pelo Centro Universitário São. Docente do curso de Nutrição do Centro Universitário São Camilo.

14h-14h45 - Exames Bioquímicos no Vegetarianismo e no Esporte

Profa. Dra. Vanessa Aparecida de Santis e Silva – Nutricionista pelo Centro Universitário São Camilo. Especialização em Nutrição Clínica pelo Centro Universitário São Camilo. Nutrição Esportiva pela Universidade Gama Filho. Terapia Nutricional em Cuidados Intensivos pelo Ganep. Pós- Graduada em Fitoterapia e Aromaterapia pela Plenitude Educação (cursando). Curso de Formação Científica em Pesquisa -Invitare. Mestre em Ciências da Saúde pela Unifesp. Nutricionista oncológica em Hospital Público do Estado de São Paulo. Docente dos cursos de Pós- graduação em Nutrição Clínica e Esportiva – CUSC. Atendimento em consultório particular.

14h45- 15h30 - Nutrição no Futebol Feminino Profissional

Profa. Dra. Tiemi Raquel de Moraes Saito – Nutricionis-

ta pelo Instituto de Biociências da UNESP - Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, Câmpus Botucatu, São Paulo, Brasil. Especialista em Nutrição Esportiva e em Fisiologia do Exercício. Mestre pela Faculdade de Medicina da USP. É nutricionista da equipe de futebol feminino do Corinthians.

15h30 – 16h – Intervalo

16h – 16h45 - Nutrição no Rugby Brasileiro

Prof. Dr. Rafael Roberto Klosterhoff – Nutricionista pela Universidade Federal do Paraná. Especialização em Nutrição e Metabolismo Esportivo pelo GANEP. Mestre em Bioquímica e Biologia Molecular – UFPR. Doutor em Bioquímica e Biologia Molecular - UFPR. Atual integrante do Grupo de Pesquisa em Fisiologia Aplicada e Nutrição (FMUSP). Nutricionista da seleção de rugby brasileiro – Confederação Brasileira de Rugby.

16h45-17h15 - Dietas Vegetarianas no Esporte

Profa. Dra. Luciana Monzillo – Nutricionista pelo Centro Universitário São Camilo – CUSC. Especialista em Nutrição Esportiva e Wellness pelo Centro Universitário São Camilo. Nutricionista da Estima Nutrição.

20/agosto/2022 – Sábado - 8h30 – 17h30

8h30 – 12h - Nutrient Timing na Prática do Nutricionista

Presidente Mesa - Prof. Dr. Felipe Ribeiro – Graduado em nutrição pelo CUSC. Mestrando em tecnologia dos alimentos na FCF-USP. Professor da Science Play e do time de conteúdo da HQ•Content. Certificado internacionalmente em nutrição esportiva pelo American College of Sports Medicine e Science Play. Certificado em coaching nutricional e de bem-estar.

8h30 – 9h15 - Nutrient Timing: conceito e fracionamento de proteínas ao longo do dia

Prof. Dr. Valden Capistrano – Nutricionista pela Universidade de Fortaleza (Unifor). Pós Graduação em Fisiologia do Exercício pela Universidade Estadual do Ceará (Uece). Pós Graduação em Nutrição Clínica Funcional pela Unicsul/ Centro de Nutrição Funcional VP/SP. Pós Graduação em Fitoterapia Funcional – Unicsul/ Centro de Nutrição Funcional VP/SP. Mestre em Farmacologia Clínica

– Universidade Federal do Ceará (UFC). Doutorando em Farmacologia – Universidade Federal do Ceará (UFC). Professor da Pós Graduação em Nutrição Esportiva Funcional – Centro de Nutrição Funcional VP/SP.

9h15 – 10h - Nutrient Timing: Distribuição das Refeições na Prática do Nutricionista

Prof. Dr. Rodolfo Peres – Graduado em Nutrição. Coordenador de Pós Graduações de Nutrição e Nutrologia Esportiva na Plenitude Educação. 20 anos de prática clínica com +de 300 palestras ministradas e 8 livros publicados.

10h-10h30 – Intervalo

10h30 – 11h15 - Periodização Nutricional no Esporte

Profa. Dra. Andreia Naves – Graduada em nutrição e educação física. Diretora científica da certificação internacional em nutrição esportiva American College of Sports Medicine e Science Play. Diplomada pelo The Institute for Functional Medicine (USA). Membro do Instituto Brasileiro de Nutrição Funcional – IBNF. Autora de diversos livros na área de Nutrição Clínica e Esportiva Funcional. Proprietária da Nutreex Clínica de Atendimento em Nutrição Esportiva.

11h15 – 12h - Qual o Timing dos Principais Suplementos Esportivos?

Prof. Dr. Felipe Ribeiro – Graduado em nutrição pelo CUSC. Mestrando em tecnologia dos alimentos na FCF-USP. Professor da Science Play e do time de conteúdo da HQ•Content. Certificado internacionalmente em nutrição esportiva pelo American College of Sports Medicine e Science Play. Certificado em coaching nutricional e de bem-estar.

14h – 17h30 – Nutrição e Futebol

Presidente Mesa – Profa. Dra. Fernanda Lorenzi Lazarim-Doutorado em Biologia Molecular pela Unicamp. Positive Coach pela SBCoaching. Sócia Fundadora do Grupo Minian: Educação e Qualidade de Vida.

14h-14h45 - As Demandas Fisiológicas do Futebol

Prof. Dr. Thiago Fernando Lourenço – Doutor em Biotecnologia do Movimento Humano e Esporte pela Faculdade de Educação Física da UNICAMP. Coordenador do Departamento de Ciência do Esporte do Comitê Paralímpico Brasileiro - CBP e docente de graduação do curso de Medicina da Faculdade São Leopoldo Mandic – Campinas.

14h45- 15h30 - Gestão Alimentar no Futebol Profissional

Profa. Dra. Mirtes Stancanelli – Formada em Nutrição, atua na área de esporte há 30 anos na qual trabalhou com mais de 8 mil atletas nacionais e internacionais, olímpicos e paralímpicos de 18 modalidades diferentes. É Mestre em Biologia Funcional e Molecular pela Unicamp, Especialista em Nutrição Esportiva pelo Football Science Institute da Espanha. Atualmente é nutricionista da Sociedade Esportiva Palmeiras e se dedica a sua empresa, Grupo Minian, onde coordenada profissionais que trabalham com esporte e qualidade de vida.

15h30 – 16h – Intervalo

16h – 16h45 - Considerações Nutricionais no Futebol de Base

Profa Dra. Virginia Tessarotto – Nutricionista graduada pelo Centro Universitário São Camilo. Especialista em Nutrição e Metabolismo Esportivo pelo GANEP/Grupo Minian. Especialista em Nutrição Clínica pelo HCF-MUSP. Integrante da Equipe Científica do Armwrestling Scientific Comitee da World Armwrestling Federation. Nutricionista do Santos Futebol Clube e Nutricionista no Grupo Minian.

16h45 – 17h30 - Considerações Nutricionais no Futebol Paralímpico

Prof. Dra. Monique da Cunha Moreira – Nutricionista pelo Centro Universitário Nove de Julho. Especialista em Nutrição e Metabolismo esportivo pelo GANEP/MINIAN. Nutricionista do Comitê Paralímpico Brasileiro - CPB e Nutricionista do Grupo Minia.

.....
17º FÓRUM DE NUTRIÇÃO CLÍNICA:
NUTRIÇÃO CLÍNICA E CÂNCER (ACCAMARGO)
.....

18º Fórum de Nutrição Clínica – Sala Virtual 3

18/agosto/22 – quinta - 9h-12h

9h-12h - Nutrição Clínica e Câncer (AC CAMARGO
Câncer Center)

Presidente Mesa – Profa. Dra. Thais Manfrinato Miola -
Nutricionista Supervisora Clínica do ACCamargo Can-
cer Center. Doutora em Ciências na Área de Oncologia.
Mestre em Ciências na Área de Oncologia. Especialista
em Nutrição Clínica e Oncológica. Coordenadora do Pro-
grama de Residência Multiprofissional de Nutrição em
Oncologia do ACCamargo Cancer Center.

9h-9h30 - Nutrição no Câncer de Mama

Profa. Dra. Jéssica Agnello – Nutricionista pela UMESp
– Universidade Metodista de São Paulo. Pós graduada em
Nutrição Humana Aplicada e Terapia Nutricional pelo
IMeN Educação.

9h30–10h - Condutas Nutricionais nas Estomias

Profa. Dra. Fabiane Michele dos Santos – Nutricionista
pela Universidade Municipal de São Caetano do Sul. Es-
pecialista em Saúde Nutricional Integral em Consultório,
Hospital e pós alta pela Ganep Nutrição Humana. Espe-
cialista em Nutrição Oncológica pelo A.C.Camargo Can-
cer Center.

10h - 10h30 – Intervalo

10h30-11h - Nutrição nos Cuidados Paliativos

Profa. Amanda Maria dos Anjos Campos – Nutricionis-
ta pela Faculdade Metropolitanas Unidas. Pós- graduada
em Nutrição Humana Aplicada e Terapia Nutricional pela
Faculdade Método de São Paulo. Pós- graduada em Abor-
dagens Oncológicas na Área da Saúde pelo Centro Uni-
versitário São Camilo.

11h-11h30 - Terapia Nutricional Oral e Enteral em On-
cologia

Profa. Dra. Susana da Rocha Dias – Nutricionista da
EMTN do AC Camargo Cancer Center. Especialização
em Oncologia pelo Instituto Israelita de Ensino e Pesquisa
Albert Einstein. Nutricionista pelo Centro Universitário
São Camilo.

11h30–12h – Discussão

.....
17º FÓRUM NACIONAL DE NUTRIÇÃO
ESPORTIVA
.....

18º Fórum Nacional de Nutrição Esportiva – Sala Virtual
3

18/agosto/2022 - quinta - 14h-17h30

14h – 17h30 - Nutrição e Saúde

Presidente Mesa – Profa. Dra. Michelle Reichmann– Nu-
tricionista pela UERJ. Pós Graduada em Nutricao Esporti-
va e Fitness corporativo – UFRJ. Pós Graduada em Nutri-
ção Clínica Funcional e Fitoterapia pela PUCPR. Mestre
em Alimentação e Nutrição pela UFPR. Doutoranda em
Medicina-Clínica Cirúrgica pela UFPR. Membro da So-
ciedade Brasileira de Cirurgia Bariátrica e Metabólica –
SBCBM.

14h – 14h45 - Nutrição e Odontologia no Esporte

Profa. Dra. Paula Koppe – Nutricionista pela Pontifícia
Universidade Católica do Paraná. Especialista em Fisi-
ologia Humana e da Nutrição pela PUC-PR. Mestre em Fi-
siologia da Performance pela UFPR. Pós-graduanda em
Alimentos Funcionais e Nutrigenômica pelo Centro Uni-
versitário São Camilo.

14h45-15h30 - Compostos Bioativos na performance es-
portiva

Profa. Dra. Letícia Mazepa – Nutricionista pela UFPR.
Mestre em Segurança Alimentar e Nutricional (UFPR).

Doutoranda em Ciências Farmacêuticas (UFPR). Pós graduada em Nutrição Clínica Funcional pela Universidade Cruzeiro do Sul. Pós graduanda em Fitoterapia Funcional pela Santa Casa de SP. Antropometrista. Docente de graduação e pós-graduação na área de nutrição. Atua em atendimento clínico ambulatorial. Sócia-administradora da Flor de Sal Consultoria em Nutrição. Conselheira do CRN8 (Gestão 2018-2021).

15h30-16h – Intervalo

16h-16h45 - Emagrecimento e Performance Esportiva

Profa. Dra. Gisele Farias – Nutricionista pela UFPR. Especialização em Nutrição Clínica Funcional. Especialização em Nutrição Esportiva Funcional. Mestre em Medicina Interna HC-UFPR. Doutora em Clínica Cirúrgica pelo HC-UFPR. Pós-doutoranda em Nutrição pela UNIFESP. Atendimento clínico nutricional há 15 anos com ênfase no acompanhamento de portadores de doenças crônicas, pacientes em preparo ou submetidos a cirurgia bariátrica e nutrição esportiva. Docente de graduação e pós-graduação. Pesquisadora na área de obesidade e cirurgia bariátrica.

16h45–17h30 - Impacto da Recuperação na performance esportiva

Profa. Dra. Michelle T. Frota Reichmann – Nutricionista pela UERJ. Pós Graduação em Nutricao Esportiva e Fitness corporativo pela UFRJ. Pós Graduação em Nutrição Clínica Funcional e Fitoterapia pela PUCPR. Mestre em Alimentação e Nutrição pela UFPR. Doutoranda em Medicina-Clínica Cirúrgica pela UFPR. Membro da Sociedade Brasileira de Cirurgia Bariátrica e Metabolica - SB-CBM.

.....
17º FÓRUM NACIONAL DE NUTRIÇÃO:
SAÚDE PÚBLICA
.....

18º Fórum Nacional de Nutrição - Saúde Pública – Sala Virtual 2

18/agosto/22 – quinta - 14h-16h45

14h – 16h45 - A Culinária como Instrumento de Promo-

ção da saúde em diferentes contextos

Presidente Mesa – Profa. Dra. Viviane Laudelino Vieira – Nutricionista e pesquisadora do Centro de Referência em Alimentação e Nutrição (CRNutri) do Centro de Saúde Escola Geraldo de Paula Souza da Faculdade de Saúde Pública da USP.

14h-14h45 - Contribuições do cozinhar para Crianças e com Crianças

Profa. Dra. Viviane Laudelino Vieira – Nutricionista. Pesquisadora do Centro de Referência em Alimentação e Nutrição (CRNutri) do Centro de Saúde Escola Geraldo de Paula Souza da Faculdade de Saúde Pública da USP.

14h45-15h30 - Cozinha para Idosos: Memória, Afeto e Dificuldades

Profa Dra. Barbara Lobo Bianconi – Nutricionista pela FSP-USP. Aprimorada em Nutrição Clínica, com foco no público idoso, pelo CSEGPS (FSP-USP). Nutricionista da Unidade de Referência à Saúde do Idoso Geraldo de Paula Souza.

15h30-16h – Intervalo

16h-16h45 - O Cozinhar: Uma estratégia para o cuidado da pessoa com doença crônica

Profa. Dra. Kellem Regina Rosendo Vincha – Nutricionista. Professora na Universidade Federal de Juiz de Fora, Campus Governador Valadares.

.....
**16º SIMPÓSIO INTERNACIONAL DA
AMERICAN ACADEMY OF NUTRITION (EUA)**
.....

17º Simpósio Internacional da American Academy of Nutrition and Dietetics (EUA) – Sala Virtual 1

18/agosto/2022 – quinta – 10h30 – 15h

10h30 – 11h30 - Nutrição e Imunidade: Evidências em Nutrição e Saúde

1. Introdução à Imunidade: por que a Nutrição é importante?

- os componentes do sistema imune e como eles funcionam em conjunto na defesa contra organismos patogênicos.
- os fatores que influenciam a resposta imune incluindo aqueles que são afetados pelo estilo de vida.
- a importância da Nutrição no suporte ao sistema imune e quais são os mecanismos de ação dos nutrientes.

Philip Calder – PhD, DPhil, RNutr, FRBS, FAFN – Professor de Imunologia Nutricional, Diretor de Desenvolvimento Humano e Saúde na Faculdade de Medicina da Universidade de Southampton.

2. Bioativos dos alimentos, inflamação, imunidade e saúde

- desregulação pela idade do sistema imune e das respostas inflamatórias.
- desregulação associada à obesidade do sistema imune e das respostas inflamatórias.
- bioativos dos alimentos, imunidade, respostas inflamatórias e infecções.

Simin Meydani – D.V.M, PhD – Cientista Senior e Diretor do Grupo de Imunologia Nutricional no Centro de Pesquisas em Nutrição Humana no Envelhecimento, Jean Mayer USDA, Universidade de Tufts.

3. Suplementos dietéticos e imunidade: lições do Covid-19

- suplementos que promovem imunidade, alegações e regulamentação.
- evidências científicas, segurança e eficácia dos ingredientes – estudos realizados durante a pandemia de Covid-19.

Carol Haggans – MS, RD – Consultor de comunicação científica em saúde, Office of Dietary Supplements- NIH.

11h30 – 12h - A Microbiota na Saúde Infantil.

- microbiota na infância.
- microbiota e o rápido ganho de peso na infância.
- doença celíaca.
- o papel da microbiota.
- estudos prospectivos longitudinais.
- resultados e aplicações práticas.

Stephanie Harshman – PhD RD LD – Pesquisadora da Unidade Dietética Clínica Neuroendócrina, Centro de Alimentação e Nutrição, Centro de Pesquisa e Tratamento

de Celíacos, Hospital Geral Infantil de Massachusetts.

Maureen Leonard – MD MMSc – Diretora Clínica do Centro de Pesquisa e Tratamento de Celíacos no Hospital Geral Infantil de Massachusetts, Professora Assistente na Harvard Medical School, Pesquisadora Associada, Nutrition Obesity Research Center, Harvard Medical School.

14h-15h - Plant-based e redução do risco cardiovascular

1. Redução do risco cardiovascular: o que importa?

- benefícios clínicos da substituição da carne vermelha.
- dieta saudável pode incluir pequenas quantidades de carne vermelha magra.
- recomendações dietéticas sobre alimentos com proteína animal e proteína vegetal.

Christopher Gardner – PhD, Rehnborg Farquhar – Professor de Medicina, Departamento de Medicina, Stanford Prevention Research Center, Stanford University.

2. Carne magra pode fazer parte de uma dieta saudável?

- recomendações dietéticas atuais para carne magra vermelha.
- avaliando a qualidade da dieta (como a carne vermelha afeta a pontuação).
- consumo de carne vermelha nos EUA.
- dieta mediterrânea e o consumo de carne magra.
- benefícios nutricionais da carne magra.
- impacto ambiental e emissão de carbono.

Penny Kris-Etherton – PhD, RDN, FAHA, FNLA, FASN, CLS – Professor de Ciências Nutricionais, Evan Pugh University, Penn State University.

.....
**14º SIMPÓSIO INTERNACIONAL DA
NUTRITION SOCIETY (REINO UNIDO)**
.....

15º Simpósio Internacional da Nutrition Society (Reino Unido) – Sala Virtual 1

18/agosto/2022 – quinta – 8h30 – 10h

8h30-9h15 - Microbiota Intestinal: pode realmente afetar a nossa saúde?

Logo após o nascimento, o intestino humano começa a ser colonizado por um número crescente de bactérias, vírus e fungos, coletivamente denominados microbiota. Na idade adulta, cada pessoa possui sua própria e específica microbiota, que se mantém relativamente estável conforme fatores ambientais como consumo de alimentos e drogas se mantem constante. A microbiota e o seu hospedeiro possuem uma relação simbiótica o que significa que cada um se beneficia da presença do outro. O hospedeiro fornece um ambiente favorável para o desenvolvimento das bactérias e estas realizam importantes funções metabólicas. Nos anos recentes ficou claro que a microbiota é essencial para o funcionamento normal do intestino. Além disso, se acumulam evidências de que a microbiota também atua fora do intestino. Ela pode inclusive afetar como nos sentimos. Por outro lado, distúrbios na composição da microbiota, vem sendo associados com diversas doenças. Assim, intervenções na microbiota estão cada vez mais sendo investigadas como estratégias para melhorar a saúde.

Nesta conferência, o Editor Chefe da revista Gut Microbiome, Prof. Kristin Verbeke, explica o status atual de conhecimento do impacto da microbiota na saúde, como a microbiota interage e se comunica com o hospedeiro, e como a microbiota está envolvida com a patogênese das doenças. Também serão abordadas as estratégias para alterar a microbiota. Finalmente, veremos as falhas no conhecimento atual e a direção das pesquisas futuras.

Prof. Kristin Verbeke – Graduada pela KU Leuven, Bélgica, como Farmaceutica e PhD em Ciências Farmacêuticas pelo Laboratório de Química Radiofarmacêutica. Trabalhou no Departamento de Gastroenterologia da Faculdade de Medicina da Universidade de Leuven utilizando isótopos estáveis para avaliar funções gastrointestinais. Atualmente é responsável pela aplicação clínica de testes diagnósticos pela respiração no Hospital Universitário de Leuven. A sua atual área de interesse está focada no metabolismo bacteriano. Sua equipe desenvolveu várias técnicas utilizando espectrômetro de massa e tecnologias de isótopos estáveis e radioisótopos para avaliar a permeabilidade intestinal, tempo de trânsito, fermentação de carboidratos e de proteínas, e análise do metaboloma. Identificou em estudos colaborativos a presença de metabolismo bacteriológico anormal em pacientes com falha renal, doenças inflamatórias do intestino, doenças do intestino irritável e abuso de álcool. Além disso, mostrou o impacto da intervenção dietética (modulação da composição de macronutrientes, intervenções com pré e pro-

bióticos) no metabolismo da microbiota e seus resultados na saúde. Sua pesquisa já resultou em mais de 180 papers publicados.

Em conjunto com seu colega Prof. J. Delcour, é beneficiária da W.K. Kellogg Chair em Ciência e Nutrição de Cereais (2010-2020). É Presidente da Belgian Nutrition Society, Vice-presidente da Leuven Food Science and Nutrition Center e Vice-presidente da Força Tarefa Prebióticos na ILSI Europa. Além disso, é a Editora da publicação científica Gut Microbiome e membro do conselho editorial da Gastrointestinal Disorders.

9h15-10h - Jejum e restrições energéticas: o impacto na saúde metabólica.

Nossas vidas são caracterizadas por ciclos que se repetem no nosso ambiente, comportamento e fisiologia. Em particular, a cada dia e noite que se passa, nós experimentamos transições regulares entre luz e escuro, estar acordado e estar dormindo, atividade e descanso – o que pode ou não estar alinhado com os nossos hábitos alimentares diários. Existem várias oportunidades para comer ou não comer em cada período de 24 horas, cada um com o potencial de melhorar ou piorar a saúde metabólica.

Esta conferência irá considerar as várias oportunidades de se alimentar desde quando acordamos em um dia até o momento anterior a acordarmos no próximo dia. Especificamente vamos avaliar as consequências metabólicas de pular o café da manhã, tanto em termos de como o jejum regular todas as manhãs pode alterar a nossa composição corporal como em termos dos efeitos agudos da refeição matinal no controle metabólico durante o resto do dia. Vamos então explorar como a transição entre os estados alimentado e de jejum, no meio da tarde, afetam o comportamento da atividade física através do dia e assim a eficácia da alternativa dia de jejum para a perda de peso. Também iremos discutir os efeitos metabólicos da ingestão de proteínas logo antes de dormir na resposta endócrina durante a noite, junto com os efeitos de acordar à noite e ingerir proteínas de madrugada no controle metabólico do dia seguinte. Finalmente, vamos avaliar os efeitos de consumir café ao acordar. Abordar a sequência completa de refeições diárias desta maneira, mostra o potencial de aproveitamento do “nutrient timing” como uma forma de melhorar a saúde humana.

Prof. James Betts – Professor de Fisiologia Metabólica na Universidade de Bath, onde é Co-Diretor do Centro para Nutrição, Exercício e Metabolismo e Diretor do Comitê

de Ética em Pesquisa na Saúde. Sua pesquisa estuda os efeitos da nutrição na regulação metabólica e suas descobertas foram publicadas em revistas científicas renomadas.

Em particular, examinando a relação entre o “nutrient timing” e a saúde humana, recebeu o prêmio Nutrition Society Cuthbertson Medal da Royal Society of Medicine por ‘excelência em nutrição clínica e pesquisa em metabolismo’.

É o Editor Chefe do International Journal of Sport Nutrition & Exercise Metabolism.

.....
14º SIMPÓSIO INTERNACIONAL DE GASTRONOMIA (LE CORDON BLEU)

15º Simpósio Internacional de Gastronomia Le Cordon Bleu – Sala Virtual 2

18/agosto/2022 – quinta – 8h30 – 11h

Presidente Mesa - Chef Patrick Martin – Executive e Technical Director Le Cordon Bleu.

8h30-9h - Demonstração 1 - Cuisine: Salmão Gravlax com Blinis e Creme Azedo.

Chef Renata Braune – Chef Instrutora no curso de Cuisine do Instituto de artes Culinarias Le Cordon Bleu São Paulo.

9h-9h30 - Demonstração 2 - Pâtisserie: Macarron.

Chef Caio Correa – Chef de Pâtisserie no Instituto de Artes Culinárias Le Cordon Bleu São Paulo.

9h30-10h – Intervalo

10h-11h - Demonstração 3 - Boulangerie: Baguete.

Chef Patrick Ambrogi - Professor do curso de Boulangerie no Le Cordon Bleu São Paulo.

.....
TRABALHOS CIENTÍFICOS

Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida - Nutrição Clínica

ASPECTOS PSICOLÓGICOS E CONSUMO ALIMENTAR DE MULHERES COM OBESIDADE SUBMETIDAS A TERAPIA INTERDISCIPLINAR.

Weng D, Zitenfeld L, Shiba C, Dal Molin B, Iervolino G, Próspero P, Ottani S, Missae L, Munhoz R, Dâmaso A, Farias G. Faculdade Paranaense - FAPAR, Curitiba, Brasil. Autores que irão apresentar: Weng D, Zitenfeld L, Farias G. Formato: Pôster.

Objetivo: Avaliar os aspectos psicológicos e o consumo alimentar de mulheres com obesidade submetidas a terapia interdisciplinar. Metodologia: Trata-se de análise de banco de dados de 36 mulheres com obesidade acompanhadas por equipe interdisciplinar composta por endocrinologista, nutricionista e educador físico do Grupo de Estudos da Obesidade da Universidade Federal de São Paulo. A terapia interdisciplinar teve duração de 12 semanas, com foco nas mudanças do estilo de vida, incluindo consultas clínicas individuais com o médico endocrinologista, consultas nutricionais individuais para análise do consumo alimentar e entrega das respectivas orientações nutricionais de acordo com os resultados da Taxa Metabólica de Repouso (TMR) obtidos pela avaliação da composição corporal por bioimpedância elétrica. As voluntárias foram separadas em quatro grupos categorizados pela necessidade de ingestão calórica: de 1400kcal a 2000 kcal, com distribuição dos macronutrientes baseada na recomendação da FAO/OMS (2003): proteínas (10-15%), lipídios (15-30%) e carboidratos (55-75%), sendo considerado também as preferências individuais de cada participante. Durante a terapia as voluntárias receberam orientações semanais de exercícios físicos, suporte via internet com conversas motivacionais semanais, avaliação antropométrica com medidas de massa corporal, estatura e medidas de circunferência da cintura, quadril e pescoço, composição corporal, gasto energético de repouso e taxa de hidratação através da Bioimpedância tetrapolar. Cada participante preencheu registros alimentares de 3 dias no início e no fim do protocolo que foram calculados no software Diet-Smart para informações sobre os macro e micronutrientes e posteriormente tabulados no Excel. Os alimentos foram categorizados de acordo com a classificação NOVA de processamento de alimentos, os grupos foram nomeados como: alimentos in natura ou minimamente processados e ingredientes culinários processados, alimentos processados, ali-

mentos ultraprocessados. Para análise psicológica foram utilizados dois questionários. Primeiramente para avaliar a escala de depressão, usou-se o Inventário de depressão de Beck (BDI) uma escala desenvolvida por Beck et al, sendo uma ferramenta de avaliação utilizada para medir a presença e gravidade dos sintomas, correspondentes aos critérios dos diagnósticos de transtornos depressivos. Posteriormente foi utilizado o questionário para avaliação da autoimagem, o Body Shape Questionnaire (BSQ), desenvolvido por Cooper et al. com o objetivo de avaliar o nível de preocupação da população em relação a sua forma corporal. Resultados: Houve redução de peso corporal, $96,30 \pm 18,40$ kg para $90,50 \pm 17,80$ e IMC uma redução de $35,9 \pm 6,16$ kg/m² para $33,80 \pm 5,96$ kg/m², respectivamente ($p < 0,001$). Foi observada uma melhora do padrão alimentar, representada pela redução do consumo de alimentos ultraprocessados de $42,10 \pm 14,63\%$ para $29,04 \pm 17,92\%$ e aumento da ingestão dos alimentos in natura de $34,15 \pm 16,72\%$ para $51,60 \pm 21,23\%$ ($p < 0,000$). A ingestão dos micronutrientes envolvidos na síntese de serotonina, como o ácido fólico, o magnésio e o cálcio estavam abaixo das recomendações dietéticas de referência, tendo o magnésio reduzido ainda mais ($p < 0,035$) após o período de 12 semanas de tratamento. Quanto aos aspectos psicológicos, no questionário referente a sintomas depressivos BDI antes do tratamento 36,10% da amostra não tinha sintomas e 63,90% tinha algum grau de sintomas depressivos, após as 12 semanas de tratamento houve redução de 38,80% dos sintomas resultando em 75% da amostra sem sintomas e 25% ainda com algum sintoma depressivo. Quanto ao questionário que avalia transtorno de auto imagem BSQ, antes do tratamento 19,40% não apresentava preocupação com a imagem corporal, 36,10%, preocupação leve, 36,10% preocupação moderada e 8,3% preocupação severa. Após 12 semanas de tratamento houve melhora dos escores, 58,30% não tinham preocupação com a imagem corporal, 25,00% tinham preocupação leve, 16,70% preocupação moderada, e nenhuma mulher apresentou preocupação severa $p < 0,001$. Conclusões: O estudo mostrou que além da melhora dos parâmetros antropométricos, houve redução do consumo de alimentos ultraprocessados e processados, e aumento do consumo de alimentos in natura ou minimamente processados, influenciando na diminuição do consumo calórico e de gorduras saturadas e totais. O presente estudo, aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) (CAAE: 45720821.9.0000.5505).

Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida - Gastronomia e Nutrição

ASSOCIAÇÃO ENTRE AS HABILIDADES CULINÁRIAS COM O CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS E A ADERÊNCIA À DIETA MEDITERRÂNEA

Watanabe J, Silva López M. Universidad Internacional de Va-

lencia, Valência, Espanha. Autor que irá apresentar o trabalho: Juliana Watanabe. Tema Livre.

Evidências científicas sugerem uma associação entre o desenvolvimento de habilidades culinárias (HC) e a adoção de um padrão alimentar mais saudável, como por exemplo, a dieta mediterrânea (DM). No entanto, as consequências a longo prazo de não desenvolver essas HC podem levar a uma maior dependência de alimentos ultraprocessados (AUP). Objetivo: Avaliar a associação entre as HC com o consumo de AUP e aderência à DM, assim como: A) Descrever os principais instrumentos validados que avaliam as HC e a adesão à DM. B) Identificar as principais fontes de aquisição das HC, C) Caracterizar o consumo de AUP, D) Avaliar a associação entre o nível de HC e o consumo de alimentos processados ou ultraprocessados e E) Descrever as mudanças na adesão à DM durante o confinamento imposto pela pandemia do coronavírus (COVID-19). Metodologia: Foi realizada uma revisão bibliográfica através de uma busca por artigos científicos nas principais bases de dados: PubMed/MEDLINE, Scientific Electronic Library Online (Scielo), Biblioteca Virtual da Universidad Internacional de Valencia e Índice Bibliográfico Espanhol em Ciências da Saúde. Para a pesquisa foram utilizadas uma combinação de duas ou três palavras-chave: Cooking, Culinary skills, Dietary intake, Ultra-processed foods, Mediterranean diet, Surveys and questionnaires, Validation, COVID-19 y Confinement. Os critérios de inclusão utilizados na pesquisa foram os estudos publicados em revistas científicas de disseminação entre 2012 e 2022 em inglês, espanhol ou português e com livre acesso ao texto completo. Foram descartados os estudos que não cumpriram os critérios de inclusão. Resultados: Nesta revisão foram incluídos 23 artigos científicos. Os principais instrumentos validados que avaliam as HC são o índice de HC e o questionário sobre habilidades alimentares. No que diz respeito à adesão à DM, os principais instrumentos são Mediterranean Diet Adherence Screener (MEDAS) e Mediterranean Diet Quality Index in Children and Adolescents (KIDMED). Já as fontes de aquisição das HC mais citadas são as mães e os familiares, seguidos de programas de televisão, livros de receitas e sites de culinária. Quanto ao consumo de AUP, tanto a idade como o nível socioeconômico estão estritamente relacionados à ingestão de AUP, visto que os jovens acabam consumindo maiores quantidades desses alimentos e, principalmente, os que vivem em países mais desenvolvidos. Com relação ao nível de HC e a ingestão de AUP, observou-se que o desenvolvimento das HC está associado a um menor consumo de AUP. Por último, as mudanças na adesão à DM observadas durante o confinamento por COVID-19 relatam uma maior adesão à DM na população adulta espanhola, bem como um impacto positivo na prática de cozi-

nhar mais em casa, realizar refeições em família com maior frequência, testar novas receitas e desenvolver outras HC. No entanto, os resultados relativos à população infantil ainda são controversos. Conclusões: O desenvolvimento das HC pode estar positivamente associado a um menor consumo de AUP e uma maior adesão à DM.

Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida - Nutrição e Saúde Pública

ASSOCIAÇÃO ENTRE O CONSUMO DE DOCES E REFRIGERANTES E O RITMO INTESTINAL: um estudo realizado durante o isolamento social devido à pandemia da covid-19

Franke, S.I.R.*; Castilhos, E.S.L.; Schlickmann, D.S.; Eisenhardt, M.M; Santos, C; Molz, P

Universidade de Santa Cruz do Sul, Santa Cruz do Sul, Brasil. Tema Livre – Apresentador*

Objetivo: Avaliar a frequência do consumo de doces e refrigerantes e associar com o ritmo intestinal de indivíduos, durante o isolamento social, devido à pandemia da covid-19. Metodologia: Estudo transversal descritivo, realizado entre abril a julho de 2020, com indivíduos que mantiveram isolamento social, devido à pandemia da covid-19. Um questionário on-line foi usado para avaliar os hábitos alimentares e o ritmo intestinal. O questionário de frequência alimentar para avaliar o consumo de doces e refrigerantes continha as seguintes opções de resposta i) não consome, ii) 1 a 2 vezes na semana, iii) 3 a 4 vezes na semana, iii) 5 a 7 vezes na semana. O ritmo do trânsito intestinal foi avaliado por meio da Escala de Fezes de Bristol (EFB), de acordo com o tipo e formato das fezes. As respostas foram categorizadas em: i) ritmo de trânsito intestinal lento (tipos 1: Caroscos duros e separados, como nozes e 2: Forma de salsicha, mas granuloso), ii) ritmo de trânsito intestinal adequado (tipos 3: Como uma salsicha, mas com fissuras em sua superfície; e 4: forma de salsicha ou cobra, suave e macio) e iii) ritmo de trânsito intestinal rápido: (tipos 5: Bolhas suaves com bordas nítidas; 6: Peças fofas com bordas em pedaços e 7: Aquoso, sem partes sólidas, inteiramente líquido). O teste exato de Fisher avaliou a associação entre as variáveis, sendo os resultados apresentados em valores residuais entre contagens esperadas e observadas com nível de significância de $p < 0.05$. A presente pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Santa Cruz do Sul (UNISC), RS, Brasil, sob parecer número 3.968.820. Resultados: Avaliou-se 99 indivíduos, com prevalência sexo feminino (71,4%) e idade média de $33,31 \pm 10,98$ anos. Dos 63,4% indivíduos que apresentaram ritmo intestinal adequado, 69,3% e 60,2% relataram consumir de 1 a 4 vezes na semana doces e refrigerantes, respectivamente. Houve associação entre o ritmo

intestinal e o consumo de doces ($p=0,001$) e de refrigerante ($p=0,003$). Menor número de pessoas ($n=0$) que o esperado ($n=4,4$) foi observado com ritmo intestinal lento e frequência de consumo de doces “1 vez por mês” ($z = -2,10$), enquanto maior número de pessoas ($n=6$) que o esperado ($n=2,1$) foi observado com ritmo intestinal rápido e frequência de consumo de doces “1 vez por mês” ($z = -2,70$). Em relação ao consumo de refrigerantes, um menor número de pessoas ($n=2$) que o esperado ($n=7,3$) foi observado com ritmo intestinal lento e frequência de consumo “1 vez por mês” ($z = -1,96$). Conclusão: A saúde intestinal está associada com os hábitos alimentares, que influenciam diretamente no ritmo intestinal avaliado pela escala de Bristol. O consumo de 1 vez por mês de doces e refrigerantes associou-se com o ritmo intestinal inadequado (ritmos lentos ou rápidos). Estes resultados mostram que, possivelmente, o comportamento alimentar, com consumo de alimentos açucarados, durante o período de isolamento, pode ter contribuído para o ritmo intestinal inadequado.

Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida - Nutrição e Saúde Pública

COMENSALIDADE DE BEBÊS APÓS A INTRODUÇÃO ALIMENTAR CONDUZIDA PELO BEBÊ OU PELO ADULTO: O PERFIL DA CONVIVÊNCIA FAMILIAR

Sobrinho, M.; Vieira, V. Faculdade de Saúde Pública, USP. São Paulo, Brasil. Tema livre

Introdução: A comensalidade é a valorização do alimento no momento da refeição e caracteriza-se pelo comer em companhia, com atenção e em um ambiente apropriado. O momento da mesa é de troca e interação verbal, oral e gestual estimulando o desenvolvimento do bebê. Objetivo: Comparar a convivência familiar durante a refeição de crianças após a introdução alimentar (IA), em duas abordagens: alimentação conduzida pelo bebê, baby-led weaning (BLW) e pelo adulto. Metodologia: Trata-se de uma pesquisa qualitativa com abordagem descritiva (CAAE nº44366721.1.0000.5421), por análise de conteúdo de questionário e entrevista online abordando o momento da refeição, gravada com mães com filhos de 12 a 15 meses, selecionadas por amostragem por conveniência em redes sociais residentes em território nacional, sendo sete da abordagem guiada pelo adulto (GA) e cinco, pelo BLW (GB). Resultados: Em bebês do GA, a companhia das mães no momento da refeição era pouco presente: “depois eu como, eu prefiro dar aí quando ele come sozinho a sobremesa eu almoço” e “80% do tempo ele come sempre só ele, porque a gente não consegue ajustar os horários”. Quando o momento da refeição era compartilhado, os alimentos eram diferentes. Essas mães incentivavam os bebês através de conversas: “Vamos papar?!” e “ó o papa tá gostoso, come!”.

No GB, compartilhavam das mesmas refeições que a família: “O maior incentivo é comer junto, da mesma comida.” e “[...] ele só vai aprender se eu der um exemplo.” As mães incentivavam sobre os alimentos presentes no prato: “[...] apresentando para ele o que ele está comendo, sempre eu falo para ele o que que tem ali, falo para ele porque que é importante aquilo” e “[...] eu nomeio as coisas para ele”. Também incentivavam a autonomia com uma comunicação mais intensa: “Coloquei o arroz, depois o frango e ia perguntando se queria ou não. Eu conversei com ele, como se fosse adulto.” Ambos os grupos faziam as refeições com regularidade à mesa, sendo a maioria em assento infantil adequado. Uma mãe do GB ressalta: “Você não pode prestar atenção em outra coisa em outro nível de altura.” Porém, quatro no GA recebiam a refeição sem que permanecesse sentada ou usando outro assento ou em ambiente, como sofá ou sentado à pia: “eu sento ele na pia daí para ele mexer com um pouquinho de água aí é uma boa estratégia, ele vai abrir na boca, né?”. Conclusão: A convivência à mesa no GB apresentou aspectos positivos e mostrou-se mais adequada, por favorecer a comunicação à mesa em um ambiente tranquilo. Já no GA, houve menor compartilhamento das refeições e, ainda que haja comunicação à mesa, as mães demonstram insistência e persuasão que os filhos comam, não sendo positivo ao vínculo. Embora menos utilizado, o BLW se mostra promissor à comensalidade do bebê concordando com as recomendações.

Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida - Nutrição e Saúde Pública.

COMPORTAMENTO ALIMENTAR DE PRATICANTES DE DIETA LOW-CARB

Zavan Tristão, R. e Farah Simony Lamigueiro Toimili, R., Universidade Presbiteriana Mackenzie, São Paulo, Brasil. O autor que apresentará o trabalho será Zavan Tristão, R. Pôster.

Objetivo: descrever o comportamento alimentar de praticantes de dieta low-carb. Além disso, pretende-se também avaliar os índices de insatisfação corporal nos praticantes de dieta low-carb, avaliar o estado nutricional por meio do Índice de Massa Corporal (IMC); identificar a presença de práticas purgatórias e verificar a existência ou não de comportamentos de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares. Metodologia: Trata-se de um estudo observacional de corte transversal em praticantes de dieta low-carb, sendo realizado no Brasil durante o ano de 2021 e 2022. O instrumento de coleta de dados escolhido foi uma plataforma virtual de formulários denominada Google Forms®. As informações foram autorrelatadas, tanto por meio de questões estruturadas para este estudo e para a caracterização da amostra quanto por questionários específicos. A amostragem

ocorreu por conveniência, no segundo semestre de 2021 e primeiro semestre de 2022, a partir da divulgação do formulário em redes sociais. A coleta dos dados somente ocorreu após a aprovação do projeto de pesquisa pelo Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos (CEP) da Universidade Presbiteriana Mackenzie. O instrumento utilizado para identificar a prática e frequência da dieta entre os participantes foi a adaptação de um questionário desenvolvido por Oliveira, Figueredo, e Cordás (2019). O comportamento alimentar foi analisado por meio da Escala de Atitudes Alimentares (EAAT) de Alvarenga et al. (2010). Para avaliar o índice de insatisfação corporal foi usada a escala de silhuetas adaptada para o biótipo brasileiro, feita por Kakeshita (2008). Será realizada uma análise descritiva das variáveis sexo, peso e IMC, além das abordadas pelas questões de Oliveira, Figueiredo e Cordás (2019). A correlação entre a pontuação na EAAT e o escore obtido pela discrepância no teste de Escala de Silhueta foi comparada por meio do coeficiente de correlação de Pearson (r). O teste qui-quadrado foi aplicado para analisar a associação entre o estado nutricional dos participantes em relação à frequência de sujeitos classificados como satisfeitos e insatisfeitos com a imagem corporal pela Escala de Silhuetas. Resultados: Participaram da pesquisa 58 praticantes e não praticantes de dieta da moda, sendo 93,1% ($n = 54$) do sexo feminino e somente 6,9% ($n = 4$) do sexo masculino. A idade foi de 31,62 anos em média ($DP = 11,53$; mín: 18 e máx: 59) e o IMC foi em média 23,88 kg/m^2 ($DP = 4,44$; mín: 17,3 e máx: 37,1). No grupo dieta, ($n=22$; 37,9%), 36,3% faziam low-carb, seguido pela dieta vegetariana/vegana (22,7%). Também, após o início da dieta, 72,72% ($n=16$) ficaram mais preocupados com o peso e forma corporal. A pontuação na EAAT total foi acima da média naqueles que faziam dieta (65,54), assim como no fator 2 “preocupação com comida e ganho de peso” (11,5) desta escala. Ainda, somente 13 (22,4%) participantes estavam satisfeitos com sua imagem corporal de acordo com a escala de silhuetas, sendo apenas 1 (7,69%) que fazia low-carb. Além disso, a pontuação na EAAT total apresentou correlação positiva ($r=+ 0,45$) com o nível de insatisfação corporal e não foi encontrada associação entre o valor do IMC com a diferença dos valores da escala de silhuetas (p -valor=0,73). Conclusões: Destaca-se a alta prevalência da preocupação com a imagem corporal naqueles praticantes de dietas, o que pode levar a comportamentos de risco para transtornos alimentares. Ressalta-se também que, pelo fato do IMC e discrepância na escala de silhuetas serem variáveis independentes, mesmo pessoas com um bom estado nutricional apresentaram insatisfação corporal. Assim, os profissionais de saúde devem estar cientes desses problemas e atentos às atitudes distorcidas no comportamento alimentar para que menos comportamentos disfuncionais relacionados à alimentação ocorram na sociedade.

Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida - Nutrição Clínica

COMPOSTOS FENÓLICOS DO CACAU E SEUS BENEFÍCIOS NA SAÚDE: UMA REVISÃO

RISCO DE ORTOREXIA NERVOSA EM UNIVERSITÁRIOS: UMA REVISÃO

Lima, C. Stela; Silva, Anna; Nascimento, Heloísa; Carreiro, Karyni; Marreiros, Maria; Sousa, Ritielly; Landim, Liejy. Centro Universitário Santo Agostinho – Unifsa, Teresina, Brasil.

Stela da Conceição de Freitas Matos Lima. Tema Pôster

Objetivo: Identificar os compostos fenólicos presentes no cacau e seus benefícios para a saúde humana. Metodologia: Revisão narrativa de literatura, compreendida pelas seguintes etapas: Definição do tema e do objetivo, formulação da pesquisa, relevância dos artigos encontrados, leitura e análise dos artigos selecionados, interpretação dos resultados obtidos e apresentação da revisão. Resultados: Os principais compostos fenólicos encontrados nas sementes de cacau pertencem à classe dos taninos (polifenóis poliméricos) e flavonoides. Os flavonoides presentes incluem flavonóis, antocianinas, flavonas e flavononas. Efeitos funcionais significativos são associados principalmente ao seu teor de flavonóides. Nesse sentido, o chocolate tem mostrado que exerce um efeito benéfico sobre a saúde cardiovascular. Esse efeito pode ser observado de diversas maneiras: melhorando a função plaquetária, controlando a pressão arterial, reduzindo agregação plaquetária, também tem atuando no sistema antioxidante e melhorando a sensibilidade à insulina. Com relação à sensibilidade à insulina, as células produtoras têm um melhor funcionamento com o aumento dos flavonóides, epicatequina, no corpo. Esses compostos contribuem para uma maior produção de ATP e, consequente, maior liberação de insulina. Conclusão: O cacau é um alimento funcional, ou seja, sua ingestão frequente está associada à benefícios à saúde, pois tem efeitos antioxidantes e anti-inflamatórios, que se dão pela ação de compostos fenólicos. Esse fruto tem se mostrado benéfico à saúde cardiovascular e em dislipidemias, entre outras.

Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida - Food Service/ Gastronomia

COMPOSIÇÃO CENTESIMAL E PARÂMETROS DE QUALIDADE DE MÊIS COMERCIALIZADOS EM CUIABÁ - MATO GROSSO

Amorim, M. S.1*, Almeida, M. R.2, Santos, J. A.2, Oliveira, L. C. P.2, Rodrigues, E. C.3, Siqueira, N. F. M. P.3, Faria, R. A. P. G.3 1Doutoranda em Nutrição, Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP), campus São Paulo. 2Mestras pelo

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Estado de Mato Grosso (IFMT), Programa de Pós-Graduação em Ciência e Tecnologia de Alimentos, campus Cuiabá - Bela Vista, Mato Grosso, Brasil.3Docentes do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Estado de Mato Grosso (IFMT), Programa de Pós-Graduação em Ciência e Tecnologia de Alimentos, campus Cuiabá - Bela Vista, Mato Grosso, Brasil.*Autora apresentadora: Mirelly dos Santos Amorim. Pôster

Introdução: O Brasil apresenta um grande potencial apícola, devido à flora diversificada, à extensão territorial e à variabilidade climática. O mel é um produto fornecido pelas abelhas muito apreciado mundialmente, consumido desde os primórdios como um recurso medicinal, de alto valor nutritivo e benéfico à saúde. Entretanto, o mel é um alimento de fácil adulteração com a adição de açúcar invertido, xarope de milho e/ou de beterraba. Desta forma, é necessário que haja análises de determinação da sua qualidade e controle para que possa ser comercializado de forma segura. Por meio das análises físico-químicas pode-se contribuir para o estabelecimento de um padrão de qualidade do mel de abelhas, possibilitando o controle da fraude deste produto. Além disso, as análises físico-químicas possibilitam verificar a higiene com que o mel foi manipulado, a proliferação de bactérias, o surgimento de fermentação, falhas no processo de extração, colheita prematura do mel, armazenamento prolongado em temperatura inadequada e/ou superaquecimento, consequentemente, provocando a destruição de vitaminas e enzimas termolábeis.

Objetivo: Determinar a composição centesimal e analisar qualitativamente e por parâmetros estabelecidos na legislação brasileira, méis produzidos no Brasil e comercializados na cidade de Cuiabá – MT. Metodologia: As análises físico-químicas foram realizadas em triplicatas, seguindo as metodologias recomendadas da Association of Official Analytical Chemists (2012) e do Instituto Adolf Lutz (2008): cinzas, umidade, proteínas, açúcares totais, açúcares redutores, sacarose aparente, pH, acidez, condutividade elétrica, atividade de água, °Brix, hidroximetilfurfural (HMF) e cor. Os resultados foram analisados estatisticamente utilizando a ANOVA e contrapostos entre si, através de teste de Tukey a 5% de confiabilidade. Resultados: Comparou-se os resultados obtidos com os valores permitidos pela legislação brasileira vigente e com dados da literatura que analisaram méis em outras regiões do país. Todas as amostras analisadas estavam dentro dos parâmetros legais para umidade, cinzas e acidez, porém no quesito sacarose aparente todas se apresentaram fora do recomendado pelas normas. Já nas análises de proteínas, açúcares totais, pH, condutividade elétrica, atividade de água, °Brix e HMF (qualitativo) não existem padrões brasileiros

vigentes para determinar a qualidade dos méis. Conclusão: Conclui-se que os méis analisados no presente estudo, em parte atenderam à legislação vigente, porém no resultado da sacarose aparente todas as amostras foram reprovadas pelas normas. Além disso, constatou-se uma importante lacuna para os parâmetros de proteínas, açúcares totais, pH, condutividade elétrica, atividade de água, °Brix e HMF (qualitativo), os quais poderiam auxiliar no desenvolvimento de um Padrão de Identidade e Qualidade mais completo deste alimento. Diante disso, aponta-se como necessário um maior rigor na fiscalização e na caracterização de méis produzidos nos mais diversos locais, biomas e condições ambientais do Brasil, conseqüentemente, evitando-se ludibriar o comprador, mitigando os riscos e promovendo a segurança de alimentos.

Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida - Nutrição e Saúde Pública

CONSUMO ALIMENTAR, MEDIDAS ANTROPOMÉTRICAS E RELAÇÃO COM O RISCO DE DISBIOSE INTESTINAL EM MULHERES COM SOBREPESO E OBESIDADE Oliveira, J.M.S*; Silva, C.M; Costa, J.A; Martins, S.K.M; Negrão, L.D; Cavalcante, R.M.S; Barros, N.V.A. Universidade Federal do Piauí (UFPI), Campus Senador Helvídio Nunes de Barros (CSHNB), Picos, Piauí, Brasil.*Autor que apresentará o trabalho, forma: Pôster

Objetivo: Associar o consumo alimentar e dados antropométricos com o risco de disbiose intestinal em mulheres com sobrepeso e obesidade de uma cidade do Nordeste brasileiro. Metodologia: Pesquisa transversal de natureza descritiva e quantitativa, com delineamento de pesquisa de campo. A amostra do presente estudo incluiu 62 indivíduos, todos do sexo feminino com média de idade \pm 39,7 anos. Resultados: A média de peso corporal obtida foi de 82,37 kg (DP 13,59), a altura média das mulheres participantes do estudo foi de 1,56 m2 (DP 0,06), tais resultados refletiram diretamente nos valores de IMC que ficou em uma média de 33,72 kg/m2 (DP 4,72), caracterizando a maioria da amostra do estudo na classificação de obesidade grau I. 98,4% das mulheres apresentaram risco metabólico altíssimo. Sobre o consumo alimentar, 87,1% relataram não seguir nenhum tipo de dieta de déficit calórico ou mudanças de hábitos alimentares com acompanhamento profissional do nutricionista, a ingestão de alimentos era de acordo com a disponibilidade do alimento na casa e a vontade de ingestão, sendo que 41,9% relataram fazer apenas 4 refeições ao dia. A análise mostrou associação estatística significativa entre o IMC e o consumo de café adicionado de açúcar. Também foi observada associação entre o consumo de farofa, cuscuz e tapioca, carne de boi/carneiro/suína com o risco de disbiose intestinal. Conclusão: O pre-

sente estudo apresentou informações importantes sobre o estado de saúde relacionado ao consumo alimentar, disbiose intestinal e obesidade em mulheres. Estas evidências podem representar um acréscimo importante à formulação de intervenções que visem promover o controle da obesidade.

Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida - Nutrição Clínica

DIETOTERAPIA COMO TRATAMENTO COADJUVANTE DA ENXAQUECA

Nascimento, V; Pereira, B; Luz, M; Viana, V. Centro Universitário do Estado do Pará (CESUPA); Faculdade Integrada da Amazônia (FINAMA), Belém, Brasil. A autora apresentadora é Vitória Nascimento e o trabalho é em formato de Pôster.

O presente estudo tem como objetivo avaliar as implicações que a alimentação possui no tratamento da enxaqueca. Trata-se de uma revisão da literatura, de caráter narrativo. Foi realizada uma pesquisa a partir de artigos publicados nas bases de dados Google Acadêmico, Scielo (Scientific Electronic Library Online), PubMed e Science Direct, nos últimos 10 anos (2012 a 2022). As palavras chaves utilizadas para a pesquisa foram: nutrição e enxaqueca; intervenção nutricional para enxaqueca; suplementação e enxaqueca e dieta e enxaqueca. Os critérios de inclusão foram: artigos, dissertações e periódicos científicos, publicados no ano delimitado e que abordavam a temática do estudo. As publicações tiveram seus títulos e resumos lidos e aqueles que de fato abordavam a temática proposta foram lidos na íntegra para a escrita da revisão. Foram selecionados 3 artigos, todos em língua inglesa. A enxaqueca, segundo Bunner et al (2014), são cefaleias que acompanham dores moderadas ou intensas, geralmente unilateral e que podem se associar a outros sintomas como náuseas, vômitos, fotofobia ou fonofobia. Por mais que a ciência ainda não a conheça complementarmente, muitos estudos sugerem que a dietoterapia pode afetar a fisiopatologia da enxaqueca, podendo servir como um tratamento adjunto aos medicamentos já utilizados. Assim, um estudo cruzado randomizado de 36 semanas realizado com 38 adultos que possuíam enxaqueca, mostrou que uma dieta vegana com baixo teor de gordura diminui a frequência, intensidade e duração das dores que sentiam, além de diminuir a quantidade de medicamentos que utilizavam e aumentar o funcionamento social e bem-estar emocional dos indivíduos (BUNNER et al, 2014). Bunner et al (2014) diz ainda que a melhora das crises de enxaqueca pela adesão de uma dieta vegana pode ser pelo envolvimento de inflamação e vasodilatação neurogênica, já que vegetais são ricos em antioxidantes e compostos anti-inflamatório, além de que algumas carnes e queijos possuem tiramina (derivado do aminoácido tirosina), que em muitos estudos, tem sido associada à enxaqueca. Os autores também

abordaram sobre a diminuição da pressão arterial e alterações hormonais que ocorrem em dietas veganas, o que pode também ser um motivo para a melhora da enxaqueca nesses indivíduos. Ferrara et al (2014) em seu estudo cruzado, também avaliou as repercussões de uma dieta hipolipídica como tratamento da enxaqueca de 83 pacientes por 3 meses, onde obtiveram como resultado diminuição significativa do número e da gravidade das crises de enxaqueca. Em um outro estudo randomizado duplo-cego de Ghorbani et al (2020), elaborado com 80 indivíduos, foi avaliado os efeitos da suplementação diária de 2.000 UI/d de vitamina D como tratamento da enxaqueca, utilizando questionários de avaliação de incapacidade de enxaqueca (MIDAS) e concentração sérica interictal do peptídeo relacionado ao gene calcitonina (CGRP) para analisar os resultados do estudo, onde apresentou uma boa melhora nas características da enxaqueca na pontuação MIDAS após 12 semanas, além da diminuição no uso de medicamentos e níveis séricos de CGRP; os autores dizem ter uma ligação entre a deficiência de vitamina D à dor, uma dos mecanismos que podem esclarecer tais resultados é que a suplementação dessa vitamina reduz consideravelmente os níveis séricos de CGRP, um neuropeptídeo vasoativo que possui aminoácidos que têm funções de vasodilatação, modulação do sistema imunológico, inflamação neuronal e propagação da dor, podendo ser o moderador da enxaqueca. Dessa forma conclui-se que a admissão de intervenções nutricionais, principalmente as ligadas ao baixo teor de gordura, como as dietas veganas e de suplementação de vitaminas como a D, possuem um potencial significativo ao tratamento dos sintomas, frequência e intensidade de enxaquecas. A partir dos estudos apresentados pôde-se observar que novas estratégias podem ser adotadas para aprimorar a terapia contra a enxaqueca e assim garantir a qualidade de vida desses indivíduos.

Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida: Nutrição Clínica

EFEITO DO TRATAMENTO COM COENZIMA Q10 SOBRE O COMPORTAMENTO TIPO-DEPRESSIVO INDUZIDO POR ENCEFALOPATIA SÉPTICA

Souza, F. R. F.¹; Maciel, T. S.; Melo, L. M.; Estevam, E. S.; Reis, L.; Franco, P. P.; Vieira, F. V.; Novais, C. O.; Rosa, E. A. A.; Pinheiro, L. C.; Giusti, F. C. V.; Giusti-Paiva, A.; Laboratório de Fisiologia, PPGNL, UNIFAL, Alfenas, Minas Gerais, Brasil.¹Autor apresentador. Pôster.

O transtorno depressivo maior é um transtorno mental grave e multifatorial, caracterizado principalmente por sintomas emocionais. Foi evidenciado que, entre os mecanismos de desenvolvimento desse transtorno, os pacientes sobreviventes à sepse apresentam danos neurológicos de longo prazo,

incluindo a depressão, interferindo negativamente em uma vida saudável e longa. Uma dieta equilibrada em antioxidantes pode ser uma boa intervenção terapêutica. A Coenzima Q10 (CoQ10) possui, além da sua propriedade nutricional, ação antioxidante, anti-inflamatória e neuroprotetora. Objetivou-se avaliar o efeito da CoQ10 sobre os sintomas semelhantes a depressão em animais sobreviventes à sepse induzida por ligadura e perfuração cecal (CLP). Foram utilizados ratos Wistar machos adultos (7 semanas) com peso entre 200 e 250 gramas, divididos em 6 grupos com 10 animais por grupo. O trabalho foi aprovado pelo CEUA sobre o protocolo 0024/2022. Inicialmente, o comportamento do tipo-depressivo foi avaliado no 7º, 14º e 21º dia após a simulação (Sham) ou indução da cirurgia, utilizando-se o teste comportamental de natação forçada (FST). O teste de campo aberto (OFT) foi realizado para avaliação da mobilidade. Os resultados mostraram a ocorrência do comportamento do tipo-depressivo caracterizado por aumento no tempo de imobilidade e redução no tempo de nado no 7º dia (tempo de nado: Sham/CLP 6±148 vs 5±63 seg, $p<0.05$; tempo de imobilidade: Sham/CLP 134±291 vs 211±291 seg, $p<0.05$), e agravado no 14º dia (tempo de nado: Sham/CLP 122±228 vs 8±176 seg, $p<0.05$; tempo de imobilidade: Sham/CLP 43±174 vs 139±287 seg, $p<0.05$). Não houve alteração significativa no tempo de escalada entre os grupos. Em seguida, outro grupo de animais recebeu o seguinte tratamento: veículo (2 ml/kg, p.o) ou CoQ10 (100 ou 300 mg/kg, p.o) diluído em óleo de soja, entre o 7º e o 14º dia após a cirurgia. No 14º dia, os animais foram submetidos aos testes mencionados. Os dados sugerem que a CoQ10 melhora o comportamento do tipo depressivo em roedores, especialmente na dose de 100 mg/kg, aumentando o tempo de nado (63±3 vs 300±64 seg; $p<0.05$) e reduzindo o tempo de imobilidade (235±298 vs 41±203 seg; $p<0.05$), comparando os grupos CLP veículo (CLP-V) e CLP tratados com 100 mg/kg/CoQ10 (CLP-100q), analisados pelo teste TWO-WAY ANOVA seguido do pós-teste de Tukey. Não foi observada diferença estatística significativa no OFT, na distância percorrida (CLP-V/CLP-100q 294,2±1758,1 vs 591,6±2008,9 m, $p>0.05$) e no tempo de imobilidade (CLP-V/CLP-100q 73±264,4 vs 45±184,4 seg, $p>0.05$), não havendo alteração na atividade locomotora. Ademais, é crescente na literatura pesquisas que evidenciam a nutrição como um fator determinante na prevalência e incidência dos transtornos mentais. Concluímos que a CoQ10 melhorou o comportamento do tipo depressivo. Contribuindo para a melhora das funções cognitivas, promovendo a longevidade e colaborando para uma possível intervenção com este composto no tratamento da depressão em humanos, agregando em novas recomendações nutricionais. Apoio: CAPES, CNPq.

Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida - Nutrição Clínica.

EFEITO DA SUPLEMENTAÇÃO ORAL DE MEMBRANA DE CASCA DE OVO NA SAÚDE DA PELE: EVIDÊNCIAS DE UM MODELO IN VIVO EM RATOS.

Ramirez M1,2, Leiva M, Marques A1, Yori J2. 1. Instituto Universitario de Ciencias de la Salud. Fundación Barceló. Centeno 710. CP 3340. Santo Tome, Corrientes. 2. Consejo Nacional de Investigaciones Científicas Técnicas (CONICET), C1033AAJ Buenos Aires, Argentina. Nutrição Clínica. Tema Livre.

Apresentador: Leiva M.

A membrana de casca de ovo (MCO) é um biomaterial natural que tem sido usado como curativo natural em lesões de pele em países asiáticos e está disponível em grandes quantidades nas indústrias de ovos. Nosso objetivo foi caracterizar MCO que foi separado e processado a partir de resíduos de ovos e estudar se este material possui propriedades regenerativas, tornando-o adequado como ingrediente na produção industrial de produtos cosméticos e suplementos de baixo custo. Para isso, animais machos e fêmeas foram suplementados oralmente com a MCO (Res^o 0010-CICUAL-21). Os animais foram sacrificados, a pele foi dissecada, em seguida os cortes foram corados com hematoxilina e eosina e com Tricrômio de Mason. As seções de tecido foram analisadas com um microscópio óptico. Em relação aos resultados, na epiderme dos animais controle, tanto machos quanto fêmeas, foram observadas 5-6 camadas de queratinócitos, melanócitos na camada basal na proporção de 1/9 em relação aos queratinócitos. Fibroblastos e fibras de colágeno entrelaçadas podem ser vistas na derme. Além disso, abundante matriz extracelular foi detectada em toda a derme. Na hipoderme observou-se tecido adiposo preservado e músculo estriado esquelético. Em relação aos anexos cutâneos, foram observados folículos pilosos com glândulas sebáceas na derme. Nas fêmeas tratadas com MCO, foram encontradas 5-6 camadas de queratinócitos na epiderme, sem alteração morfológica. A derme papilar apresentou poucos núcleos o que sugere menor número de células, mas numerosas fibras colágenas; na derme reticular observam-se fibras colágenas dispostas de forma ordenada e estreita, e pouca matriz extracelular em relação ao controle. Em relação à hipoderme, não foram observadas diferenças em relação ao grupo controle. Células inflamatórias ou alterações morfológicas das glândulas sebáceas ou folículos pilosos não foram detectadas. Nos animais machos, a epiderme encontra-se preservada, sem alteração morfológica dos queratinócitos. Na derme papilar, observou-se maior número de células em relação tanto ao grupo controle masculino quanto ao grupo feminino tratado, provavelmente relacionado à proliferação celular. A derme reticular apresenta as mesmas características das fêmeas tratadas,

fibras colágenas estreitamente espaçadas e pouca matriz extracelular. Também foi observada uma maior organização de todos os tecidos da pele. A hipoderme não apresenta alterações em relação ao grupo controle. O colágeno é responsável por 75% da proteína da pele e serve para manter a elasticidade e a umidade da pele; assim, o conteúdo de colágeno na pele é um importante indicador do envelhecimento da pele. Neste estudo, o MCO aumentou os níveis de fibras de colágeno, demonstrando seu papel na proteção contra danos à pele. Em conclusão, o MCO contém glicosaminoglicanos dermatan sulfato, sulfato de condroitina e ácido hialurônico. Devido à sua composição, o EM pode promover a saúde da pele, podendo ser utilizado em intervenções nutricionais como estratégia para o manejo e prevenção de doenças relacionadas à pele e envelhecimento.

Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida - Nutrição Clínica

EIXO INTESTINO-CÉREBRO: CORRELAÇÃO ENTRE MICROBIOMA INTESTINAL E O DESENVOLVIMENTO DE TRANSTORNOS PSIQUIÁTRICOS

MARTINS, I.1,2; OLIVEIRA, H.1,3; SAMPAIO, L.1,4; AL ASSAL, K; PERIM, P; LEITE, GSF5; RIBEIRO, F.5.

1 - Centro Universitário São Camilo, São Paulo, Brasil. 2 - Universidade de São Paulo, Faculdade de Medicina, Núcleo de Obesidade do Instituto de Psiquiatria. 3 - Universidade de São Paulo, Faculdade de Medicina, Grupo de Pesquisa em Fisiologia Aplicada e Nutrição. 4 - Universidade de São Paulo, Instituto de Ciências Biomédicas, Departamento de Farmacologia. 5 - Universidade de São Paulo, Faculdade de Ciências Farmacêuticas, Departamento de Tecnologia Bioquímica-Farmacêutica. Autor apresentador: Isadora Aguiar Martins Rocha. Tema Livre

Objetivo: Verificar por meio de uma revisão bibliográfica possíveis interações e implicações do microbioma intestinal no desenvolvimento de distúrbios psiquiátricos. Materiais e Métodos: Foi realizada uma revisão de literatura por meio da base de dados bibliográficos Pubmed, incluindo artigos publicados no período de 2014 a 2022, escritos no idioma português e inglês e com experimentação em animais e seres humanos. Resultados: Disbiose intestinal provoca a liberação de citocinas pró-inflamatórias, antígenos microbianos e corticosterona ileal, que ativam o eixo hipotálamo-hipófise-adrenal (HPA), na qual consiste em uma resposta primária a estímulos estressantes. Outra forma de comunicação entre a microbiota intestinal, sistema nervoso central e o eixo HPA, está relacionada às interações diretas com o sistema nervoso entérico e o nervo vago, neste ponto é importante notar que vários microrganismos podem produzir neurotransmissores. Posto que o microbioma intestinal em eubiose induz a homeostase da barreira intestinal, o conceito que um “in-

testino hiperpermeável” facilita a translocação de bactérias e seus metabólitos para a corrente sanguínea e provoca estado pró-inflamatório que sustenta inflamações crônicas de baixo grau observada em transtornos psiquiátricos, como depressão, ganhou força. Além disso, respostas imunes mediadas por IgA e IgM contra o aumento de lipopolissacarídeos (LPS) derivado da microbiota em estado de disbiose intestinal foram encontradas em pacientes deprimidos. A implicação é que a presença de tais respostas pode ter ocorrido após o afrouxamento das proteínas de junção estreita da barreira intestinal como claudina, ocludina e tricululina. Mais recentemente, a identificação de “neurópodes” como uma via pela qual as bactérias podem se comunicar via células enterocromafins intestinais com o sistema nervoso fornece mais informações sobre as vias responsáveis pela comunicação bidirecional entre o intestino e o cérebro. Conclusão: A disbiose intestinal aumenta a hiperpermeabilidade intestinal, o que reflete em uma atividade disfuncional do eixo HPA e do nervo vago. Em uma via bidirecional, o desequilíbrio de substâncias pró-inflamatórias, neurotransmissores e hormônios, é um perfil observado também em pacientes com transtornos psiquiátricos. Assim, o eixo intestino-cérebro correlaciona-se com distúrbios psiquiátricos.

Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida - Nutrição e Saúde Pública

ELABORAÇÃO DA TABELA BRASILEIRA DE TEOR DE CAFEÍNA – TBTC

Rocha, P.*, Lima, A., Reis, C.* Autor Apresentador – Tema Livre. Programa de Pós-Graduação em Nutrição Humana, Faculdade de Ciências da Saúde, Universidade de Brasília, Brasília, Brasil.

Introdução: No Brasil, a inexistência de uma tabela nacional contendo o teor de cafeína em alimentos e produtos comercializados no país, além das legislações de rotulagem não exigirem que o conteúdo de cafeína seja incluído nos rótulos dos produtos alimentícios, dificulta a estimativa do consumo habitual da substância por parte da população. Objetivo: O presente trabalho teve por objetivo elaborar a Tabela Brasileira de Teor de Cafeína (TBTC), incluindo os alimentos e produtos fonte de cafeína (suplementos e medicamentos) comumente consumidos no Brasil. Metodologia: Foi realizada busca sistematizada dos teores de cafeína em alimentos, preparações, suplementos e medicamentos mediante revisão de literatura, dados do Departamento de Agricultura dos Estados Unidos (FoodData Central USDA), informações de fabricantes, sites de comercialização dos produtos e bulário da ANVISA (Agência Nacional de Vigilância Sanitária). Posteriormente os dados foram avaliados e sistematizados em planilha, com valores padronizados em mg/100g ou 100ml

de alimento/bebida e foi realizado cálculo do desvio padrão e coeficiente de variância para itens que apresentaram mais de uma referência. Resultados: A TBTC apresenta 57 itens (alimentos e produtos) disponíveis no mercado brasileiro, com seus respectivos teores de cafeína, divididos em dez categorias, sendo essas: cafés, com itens como café coado (27,26 mg/100 ml \pm 9,36) e café expresso (278,5 mg/100 ml \pm 143,54); chás e infusões, incluindo chá verde (20 mg/100 ml \pm 2,31) e chimarrão (20 mg/100 ml \pm 5,40); cacau em pó (230 mg/100 g); chocolates, dos quais são parte chocolate ao leite (19 mg/100 g) e meio amargo (70 mg/100 g); bebidas à base de cacau (2 mg/100 ml \pm 0,58); refrigerantes, incluindo refrigerantes de cola (9 mg/100 ml \pm 0,78) e de guaraná (1 mg/100 ml); bebidas energéticas (29 mg/100 ml \pm 3,09), guaraná em pó (2068 mg/100 g \pm 362), suplementos alimentares, como cafeína em cápsula (200 mg/ cápsula) e termogênicos em pó (900 mg/100 g \pm 196,09) e, por fim, a categoria medicamentos, onde aparecem, entre outros, miorelaxantes (50 mg/ cápsula ou comprimido) e analgésicos (65 mg/ cápsula ou comprimido). Conclusão: A TBTC surge como instrumento de grande relevância e ampla aplicabilidade em contextos clínicos, por médicos e nutricionistas, além de possibilitar pesquisas acadêmicas que envolvam análise de consumo de cafeína. Ademais, a TBTC servirá como base de dados para que os brasileiros entendam melhor as quantidades de cafeína presentes nos alimentos e produtos consumidos diariamente, favorecendo uma ingestão segura.

Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida - Nutrição e Saúde Pública

ESTRESSE PSICOLÓGICO E DISBIOSE INTESTINAL EM DISCENTES DA ÁREA DA SAÚDE DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO PÚBLICO SUPERIOR

Oliveira, J.M.S*; Bezerra, F.C.L; Reis, R.F.M; Negrão, L.D; Sousa, P.V.L; Barros, N.V.A . Universidade Federal do Piauí (UFPI), Campus Senador Helvídio Nunes de Barros (CSHNB), Picos, Piauí, Brasil.*Autor que apresentará o trabalho, forma: Pôster

Objetivo: Avaliar os níveis de estresse psicológico e disbiose intestinal entre os discentes da área da saúde de uma Instituição de Ensino Público Superior (IES). Metodologia: A pesquisa foi realizada de forma remota com os universitários ao longo dos anos de 2021 e 2022, através da plataforma Google Forms®. Foram incluídos os alunos ativos nos cursos da área da saúde, matriculados e que se habilitaram a responder os questionários. O estudo foi composto por uma amostra não probabilística de conveniência (n=165). Houve a análise dos voluntários através dos questionários socioeconômico, rastreamento metabólico (QRM) e inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp – ISSL. Resultados:

Compuseram a amostra do estudo acadêmicos, sendo 76,4% (n=126) do sexo feminino e do sexo masculino 23% (n=39), distribuídos entre os cursos de nutrição 72,7% (n=120), enfermagem 14,6% (n=24) e medicina 12,7% (n=21). Quanto a frequência de sintomas de estresse, verificou-se que 30,4% (n=50) da amostra não apresentaram sintomas de estresse e 44,8% (n=74) sendo o nível mais elevado de estresse na fase da resistência, acompanhado de 24,8% (n=41) que foram classificados na fase de exaustão. Ao analisar a pontuação do QRM percebeu-se que 59,4% (n=98) dos participantes apresentaram uma pontuação > 40 que sinaliza a certeza da presença da hipersensibilidade. Conclusão: Observou-se que os universitários do estudo se encontraram tanto em um nível elevado de hipersensibilidade alimentar, como também em algum nível de estresse psicológico. Além disso, torna-se sugestiva a relação entre a predisposição a disbiose intestinal e estresse psicológico entre a população estudada, tendo como base a influência que o eixo intestino-cérebro pode exercer na saúde das pessoas e suas repercussões.

Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida; Nutrição Esportiva

FATORES ASSOCIADOS AO CONSUMO DE SUPLEMENTOS NUTRICIONAIS POR PRATICANTES DE EXERCÍCIOS FÍSICOS EM CENTROS FITNESS DE MADRID, ESPANHA

*Schlickmann, D.S; Uebel, G. C; Molz, P; Benito P.J; Franke, S.I.R. Universidade de Santa Cruz do Sul-UNISC, Santa Cruz do Sul, RS-Brasil. Universidad Politécnica de Madrid-UPM, Madrid, España. Tema Livre- *Apresentador

Objetivo: Avaliar os fatores associados ao uso de suplementos alimentares por praticantes de exercícios físicos em centros fitness de Madrid, Espanha. Métodos: Pesquisa transversal, realizada com praticantes de exercícios físicos, de ambos os sexos e maiores de 18 anos, em três centros fitness de Madrid, Espanha. Aplicou-se um questionário on-line, contendo questões sobre a prática de exercício físico e consumo de suplementos alimentares. Os dados coletados foram analisados no programa estatístico SPSS versão 23.0 (IBM, Armonk, NY, EUA), utilizando o teste qui-quadrado para variáveis categóricas e o teste t de Student, para variáveis contínuas. Considerou-se nível de significância, $p < 0,05$. A presente pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UNISC sob parecer 2.020.070. Resultados: Participaram do estudo 179 indivíduos com idade média $36,22 \pm 14$ anos e prevalência do sexo feminino (57,5%). O consumo de suplementos foi relatado por 39,7% dos indivíduos, sendo mais prevalente pelo sexo masculino (59,2%; $p < 0,001$). Além disso, foi observado maior prevalência do consumo de suplementos entre os praticantes de exercícios de força (34,6%; $p < 0,001$) compa-

rado às outras modalidades. As razões para o consumo de suplementos diferiram entre homens e mulheres ($p < 0,001$), sendo o ganho de massa muscular o motivo mais citado pelos homens (42,1%), enquanto para as mulheres o motivo foi a estética (55,6%). Ainda, o número de suplementos consumido diferiu entre os sexos ($p < 0,001$), sendo que homens e mulheres reportaram consumo de 1 a 4 suplementos diferentes (57,9% e 22,3%, respectivamente). Também, observou-se diferenças significativas ($p = 0,018$) entre os sexos, para a prescrição de suplementos, no qual os homens (45,7%) mais do que as mulheres (33,3%) relataram o consumo de suplementos por iniciativa própria. Conclusão: O consumo de suplementos alimentares foi mais prevalente entre o sexo masculino e está associado ao treinamento de força, assim como com o objetivo de ganho de massa muscular. O consumo desses produtos também se mostrou ser realizado sem prescrição de um profissional capacitado.

Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida – Nutrição Clínica

GALACTOSEMIA: SUPLEMENTAÇÃO DE ÁCIDOS GRAXOS NA INTRODUÇÃO ALIMENTAR INFANTIL PARA MELHOR RESPOSTA NEUROMODULADORA.

Silva, L. L. S.; Guimarães, M. A. R. Centro Universitário Mauá de Brasília-DF, Brasil. Larissa Lorryne Santos da Silva Marcela Augusta Rodrigues Guimarães. Tema livre.

Galactosemia é uma doença classificada como um distúrbio metabólico, em que anormalidades enzimáticas incapacitam o organismo de metabolizar a galactose. Objetivo: O presente estudo tem como objetivo elucidar os efeitos da suplementação dos ácidos graxos na introdução alimentar para a melhoria da cognição de crianças com galactosemia. Metodologia: Este estudo parte de uma revisão bibliográfica de caráter descritivo, caracterizado pela utilização de diferentes trabalhos como base para a realização da pesquisa. Foram selecionados artigos científicos na literatura nacional e internacional, publicados entre 2011 e 2022, que apresentassem em seu desenvolvimento considerações a respeito da galactosemia e as funções dos ácidos graxos no organismo humano, especificamente nas conexões cerebrais. Buscou-se os artigos nas bases de dados SciELO, PubMed, Cesuca, PHP, SpringerLink, e MDPI. Foram utilizados os descritores galactosemia, ácidos graxos/fatty acids/ ácidos grasos, cognição/cognition/cognición, para realizar a busca nas bases de dados supracitadas. Essas terminologias estão cadastradas nos Descritores em Ciência da Saúde (DeCS) criados pela Biblioteca Virtual em Saúde. Dos artigos encontrados, excluiu-se aqueles que não eram ensaios clínicos, que abordavam outras patologias associadas e que utilizavam outras suplementações que não fossem ácidos graxos. Resultados: Foi possível verificar, enquanto desfechos, que o ácido decosahexanóico da série ômega 3

(DHA) desempenha atividade reparadora do sistema nervoso central, desenvolvimento cognitivo, sinaptogênese, aprendizado, neuroplasticidade das membranas nervosas e participa do desenvolvimento infantil, podendo gerar melhoras na neuromodulação em galactosêmicos que apresentam apraxia de fala e déficit intelectual como consequência da patologia. Conclusão: Os estudos avaliados apresentam forte associação entre o consumo de DHA da série ω -3 em doses específicas e a melhora da resposta cognitiva, tornando sugestiva a suplementação desse ácido graxo poli-insaturado como nova estratégia nutricional a complementar a terapia nutricional ao tratamento já existente. As doses administradas em período superior a 4 semanas podem ter impacto positivo nas respostas neuromotoras e apraxia de fala. No entanto, poucos estudos correlacionam diretamente a suplementação em crianças com galactosemia ou aprofundam as formas de suplementar o DHA no período da introdução alimentar, sendo necessário outros ensaios clínicos, preferencialmente randomizados, para elucidar a temática.

Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida - Nutrição e Saúde Pública

HORTA PEDAGÓGICA: VAMOS PLANTAR?

Dagnese, Tatiana; Rese, Isabelle; Santetti, Daniele. Universidade do Vale do Rio dos Sinos - UNISINOS. São Leopoldo - RS. Autor apresentador: Tatiana Dagnese. (Pôster).

Objetivo: Esta pesquisa teve como objetivo a implantação de uma horta pedagógica no ambiente escolar com o protagonismo dos alunos nas atividades, a fim de proporcionar às crianças contato com alimentos e compreender a percepção dos profissionais de educação quanto a importância da horta no ambiente escolar. Metodologia: Tratou-se de um estudo de intervenção, aprovado pelo Comitê de Ética da UNISINOS, desenvolvido em uma escola municipal de educação infantil, com os educadores e alunos na faixa etária entre um e quatro anos. Na fase I, os professores responderam um questionário com a finalidade de conhecer melhor os hábitos alimentares dos alunos; na fase II, os alunos participaram de uma atividade para conhecer as hortaliças e, também das etapas para implantação da horta pedagógica, que consistiu em preparo do solo, plantio e manutenção da horta; na fase III ocorreu análise das informações coletadas; e por fim, na fase IV, foi desenvolvido um livro de receitas com preparações que utilizam alimentos da horta. Resultados: Os resultados foram agrupados em cinco áreas, sendo elas: a visão dos educadores, a qual apontou apoio unânime a respeito da horta pedagógica como uma ferramenta de auxílio a prática docente; a participação das crianças, que consolidou-se efetiva, pois todas demonstraram interesse e curiosidade nas atividades propostas, onde a ludicidade resultou em aprendizado e

diversão; a horta pedagógica como reconexão com a escola, que mostrou para que as crianças que a escola é um espaço agradável, onde estão seguros, o qual pertencem e contribuem para melhorar desde pequenos; a elaboração do livro “Minhas Receitinhas” com receitas simples, pensadas para a hora do lanche, que podem ser feitas com a participação da criança durante o preparo, distribuído aos alunos e educadores participantes. Conclusão: O estudo possibilitou reflexões relevantes sobre o tema, mostrando ser coerente sua inserção no ambiente escolar. A horta pedagógica e as ações que envolveram esta pesquisa, oportunizou às crianças, além do contato com o cultivo e aproximação das hortaliças, um vínculo maior com o espaço escolar, colegas e educadores.

Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida – Nutrição Clínica

ILEX PARAGUARIENSIS (A. ST.-HIL., AQUIFOLIACEAE) COMO FONTE DE COMPOSTOS NUTRICIONAIS PARA MELHORAR O PERFIL BIOQUÍMICO SANGUÍNEO DE RATOS SAUDÁVEIS.

Ramirez M1,2, Leiva1, Lovato C1, Marques A1, Rintoul I2.

1. Instituto Universitario de Ciencias de la Salud. Fundación Barceló. Centeno 710. CP 3340. Santo Tome, Corrientes.
2. Consejo Nacional de Investigaciones Científicas Técnicas (CONICET), C1033AAJ Buenos Aires, Argentina. Nutrição Clínica. Tema Livre.

Apresentador: Leiva M.

O objetivo deste estudo foi investigar os efeitos in vivo do extrato de *Ilex paraguariensis* (erva-mate) usado como suplemento nutricional no metabolismo basal em ratos. Analisar se o extrato obtido de folhas secas, possui propriedades no ganho de peso, glicemia, triglicerídeos e na redução do colesterol em ratos (CEYSTE-CES 00632/2021). Os experimentos foram realizados com 18 ratos Wistar machos adultos, suplementados por via oral por 45 dias (0,7 g/kg Bw). Para indicações de efeito de toxicidade, coração, rins, fígado e baço foram dissecados e pesados e seus pesos foram comparados entre os grupos suplementado e controle. Foram realizadas análises patológicas, amostras de sangue de todos os animais foram coletadas para separação do soro e utilizadas para exames bioquímicos. Os órgãos foram seccionados e corados com hematoxilina e eosina, conforme metodologia convencional. As análises estatísticas foram realizadas no INFOSTAT versão 2020p (UNC, Argentina). Os resultados evidenciaram que o ganho de peso foi semelhante nos três grupos e o peso corporal não diferiu significativamente no grupo suplementado do grupo controle. A perda de peso corporal é um marcador essencial de toxicidade. A toxicidade ou interferência na absorção de nutrientes se refletirá na alteração do peso corporal. Como o padrão de ganho de

peso corporal nos grupos suplementados com *I. paraguariensis* não diferiu significativamente do grupo controle, pode-se inferir que o extrato não tem tendência a produzir forte dano tecidual nem parece interferir na absorção dos nutrientes. Após a necropsia, os pesos relativos de cinco órgãos vitais foram registrados e alterações significativas foram observadas nos grupos teste em relação ao grupo controle. *I. paraguariensis* reduziu o peso relativo do fígado, do coração e do baço, o que indicaria que o tratamento evitou o acúmulo de gordura nesses órgãos, resultado que se refletiu nas medidas de peso relativo. Por outro lado, o peso relativo dos rins aumentou significativamente nos grupos que receberam extrato de *Ilex*. No entanto, esses achados não sugerem efeitos negativos ou inflamatórios de *I. paraguariensis*. Os efeitos de *I. paraguariensis* sobre parâmetros bioquímicos e histológicos também foram considerados neste estudo. Os valores em alguns parâmetros sanguíneos como glicose e triglicérides totais não foram alterados pelo tratamento. É possível que as mudanças nos lipídios séricos possam ser relativamente sutis porque os mesmos níveis de ingestão calórica foram mantidos. No entanto, os níveis de colesterol no sangue foram reduzidos em ratos suplementados com *I. paraguariensis* sugerindo um efeito na excreção biliar e na redução da absorção de colesterol, embora o mecanismo para sua diminuição não seja compreendido. Em contraste, o colesterol HDL aumentou em ambos os níveis de tratamento. Estresse e inflamação também podem causar perda de peso corporal e apresentar outros sinais de doença, como letargia, que não foi observada em ratos suplementados com *Ilex*. Outras doenças não foram evidenciadas a partir de variáveis bioquímicas clínicas, como a aspartil aminotransferase, alanina aminotransferase, valores que estão ligados à disfunção hepática. Da mesma forma, não houve elevação dos níveis de cálcio no sangue e creatinina que indicassem disfunção renal. A fosfatase alcalina também é um bom índice de dano hepático e distúrbios ósseos. Neste estudo os níveis de fosfatase alcalina no sangue foram aumentados em ratos suplementados. Como o padrão histopatológico dos órgãos nos grupos tratados com *Ilex* não diferiu significativamente do grupo controle, pode-se inferir que *I. paraguariensis* afeta a atividade osteoblástica. *I. paraguariensis* contém uma gama de nutrientes como cálcio, magnésio e boro e esses bioelementos têm comprovada atividade osteogênica, principalmente quando administrados em baixas doses por longos períodos. Este estudo também mostrou claramente que a suplementação oral com extrato de *I. paraguariensis* não causou grandes alterações histopatológicas do rim, fígado, coração e baço dos animais. Em conclusão, se considerarmos os dados bioquímicos em conjunto com os achados histopatológicos, pode-se concluir que o extrato de *I. paraguariensis* é um produto natural, seguro e

apresenta qualidades importantes para o desenvolvimento de novos produtos ou suplementos alimentares, com aplicações em diferentes áreas da indústria alimentícia.

Nutrição, Longevidade e Qualidade de vida - Nutrição Clínica.

ÍNDICE INFLAMATÓRIO DE DIETAS ENTERAIS: COMPARATIVO ENTRE PADRÃO X ESPECIALIZADAS.

De Araújo Do Amaral, L. Da Silva Marques De Sousa, N. E Yhang Da Costa Silva, B. Instituto Federal de Ciência e Tecnologia do Ceará, campus Limoeiro do Norte/CE, Brasil. Autor Apresentador: Laura de Araújo do Amaral. Tema Livre.

Objetivo: Comparar o índice inflamatório (IID) das fórmulas padrão e modificadas disponíveis no mercado. Metodologia: Foi realizado no primeiro semestre de 2022 busca em material digital disponibilizado nos sites de seis laboratórios que distribuem fórmulas enterais no Brasil. São eles: Abbott, Danone, Fresenius, Nestlé, Nutrimed e Prodiel. Foram excluídas as fórmulas pediátricas, módulos de nutrientes e qualquer produto não destinado ao uso por sonda enteral. As formulações foram separadas em padrão, totalizando 55, e especializadas, no total de 34. Foi utilizada a metodologia de Shivappa et al. (2014) para obtenção do (IID). Foram calculados as médias e o desvio padrão do IID das fórmulas em geral e conforme indicação. Para análise estatística das diferenças entre as médias de IID, foi utilizado o teste T de Student. Adotou-se $p < 0,05$ como significativo. Resultados: A média geral foi $-3,59 \pm 0,95$, $-3,62 \pm 0,84$ para as fórmulas padrão e $-3,54 \pm 1,12$ para as especializadas. O IID não diferiu significativamente segundo a indicação das fórmulas ($p = 0,700$). Conclusão: Conclui-se que as fórmulas padrão e as especializadas disponíveis no mercado brasileiro são igualmente anti-inflamatórias. Portanto, seu uso crônico não parece contribuir com a inflamação crônica sistêmica de baixo grau.

Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida - Nutrição Esportiva

INFLUÊNCIA DA INGESTÃO DE UMA BEBIDA À BASE DE ÓLEO ESSENCIAL DE HORTELÃ-PIMENTA NO STATUS DE HIDRATAÇÃO DE CORREDORES RECREACIONAIS

Miranda Neto, M.; *Meireles, A.; Silva, A. Universidade Federal da Paraíba, João pessoa, Brasil.*Apresentadora do trabalho (pôster)

Objetivo: Investigar a influência de uma bebida contendo óleo essencial de hortelã-pimenta no status de hidratação de corredores. Metodologia: Estudo clínico, randomizado, crossover, duplo-cego e controlado, desenvolvido com 14

corredores recreacionais do sexo masculino ($37,1 \pm 2,0$ anos; $24 \pm 1,1$ kg/m²; $53,1 \pm 1,7$ ml.kg.min) que realizaram dois procedimentos, um experimental com a ingestão de 500ml de água adicionada de 0,05ml do óleo essencial de hortelã-pimenta (MINT) e o outro o seu PLACEBO (500ml de água adicionada de 0,05ml da essência de hortelã). Trinta minutos depois realizaram uma sessão de corrida até a exaustão em esteira a 70% do VO₂máx, mantendo a ingestão de 100 ml da bebida a cada 10 minutos durante os primeiros 40 minutos da corrida. Coleta da urina foi realizada antes do exercício em repouso assim como após o seu término, para registro de volume e densidade urinária através de recipiente plástico graduado e refratômetro digital. Nestes mesmos momentos, após a coleta urinária, foram feitos registros da massa corporal através de bioimpedância tetrapolar Inbody570. Taxa de sudorese foi calculada. ANOVA two way para medidas repetidas foi usada para comparar os resultados dos parâmetros urinários e de massa corporal. Teste T pareado foi usado para comparar os valores da taxa de sudorese. Estudo aprovado pelo comitê de ética em pesquisa do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal da Paraíba (CAAE: 217130619.2.0000.5188). Resultados: Os atletas produziram um volume maior de urina após o teste até a exaustão tanto no procedimento MINT (pré: $195,7 \pm 43,2$ ml vs pós: $282,9 \pm 64,2$ ml) como no PLACEBO (pré: $215,4 \pm 49,9$ ml vs pós: $312,5 \pm 56,5$ ml), quando comparados ao repouso, mas sem diferença estatística ($p=0,868$). A análise intergrupos mostrou não haver diferença entre os procedimentos tanto no repouso como pós exaustão ($p=0,749$). Enquanto isso, houve redução significativa na densidade urinária entre os momentos pré e pós exercício tanto em MINT (pré: $1,0200 \pm 0,0023$ mg/dl vs pós: $1,0132 \pm 0,0015$ mg/dl) ($p=0,013$) como no PLACEBO (pré: $1,0177 \pm 0,0023$ mg/dl vs pós: $1,0104 \pm 0,0010$ mg/dl) ($p=0,007$). A análise intergrupos mostrou não haver diferença entre os procedimentos tanto no pré exercício quanto no pós exercício ($p=0,305$). Em ambos os procedimentos houve perda significativa de massa corporal após o exercício quando comparado ao repouso, 1,5kg no procedimento MINT ($p<0,001$) e 1,4kg no procedimento PLACEBO ($p<0,001$). Apesar disso, a análise intergrupos mostrou não haver diferença entre os procedimentos tanto no repouso como pós exaustão ($p=0,902$). Já para a taxa de sudorese, não foi observada diferença estatística entre esta taxa quando comparados os procedimentos experimental ($2039,1 \pm 101,0$ ml.min⁻¹) e placebo ($2004,8 \pm 83,2$ ml.min⁻¹) ($p=0,784$). Conclusão: A ingestão da bebida à base de óleo essencial de hortelã-pimenta não foi capaz de promover melhora no status de hidratação dos corredores quando comparada ao placebo.

Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida - Nutrição Esportiva

INFLUÊNCIA DA INGESTÃO DO ÓLEO ESSENCIAL DE HORTELÃ-PIMENTA NA TEMPERATURA CORPORAL E NA PERCEPÇÃO TÉRMICA DE CORREDORES RECREACIONAIS

Miranda Neto, M.; *Meireles, A.; Silva, A. Universidade Federal da Paraíba, João pessoa, Brasil.

*Apresentadora do trabalho pôster

Objetivo: Avaliar o efeito do óleo essencial de hortelã-pimenta na temperatura corporal, na sensação térmica e no conforto térmico de corredores durante uma sessão de exercício até a exaustão. Metodologia: Estudo clínico, randomizado, crossover, duplo-cego e controlado, desenvolvido com 14 corredores recreacionais do sexo masculino ($37,1 \pm 2,0$ anos; $24 \pm 1,1$ kg/m²; $53,1 \pm 1,7$ ml.kg.min) que realizaram dois procedimentos: um experimental, com a ingestão de 500ml de água adicionada de 0,05ml do óleo essencial de hortelã-pimenta (MINT) e outro placebo (500ml de água adicionada de 0,05ml da essência de hortelã). Trinta minutos depois realizaram uma sessão de corrida até a exaustão em esteira a 70% do VO₂máx, mantendo a ingestão de 100 ml da bebida a cada 10 minutos durante os primeiros 40 minutos da corrida. A temperatura corporal foi medida em repouso e a cada 10 minutos durante o exercício através de termômetro auricular. Sensação térmica e conforto térmico foram medidos através de escalas subjetivas de sete e quatro pontos, respectivamente, a cada 10 minutos durante o exercício. Teste T pareado foi usado para comparar o delta da temperatura corporal e ANOVA two way para medidas repetidas foi usada para comparar os resultados de sensação térmica e conforto térmico. Estudo aprovado pelo comitê de ética em pesquisa do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal da Paraíba (CAAE: 217130619.2.0000.5188). Resultados: naturalmente o exercício promoveu aumento da temperatura corporal em relação ao repouso nos dois procedimentos de exercício a partir da análise estatística feita na interação tempo. Quando feita a interação tempo x procedimento, notou-se que não houve variação significativa no comportamento da temperatura corporal (Δ) quando comparados MINT ($0,33 \pm 0,22$ °C) e PLACEBO ($0,27 \pm 0,21$ °C) ($p=0,854$). Não foram observadas diferenças estatísticas na sensação térmica referida durante o exercício em nenhum dos momentos avaliados ($p=0,103$). Também não foram observadas diferenças estatísticas no conforto térmico referido durante o exercício em nenhum dos momentos avaliados ($p=0,871$). Conclusão: A ingestão do óleo essencial de hortelã-pimenta não minimizou o aumento da temperatura corporal de corredores recreacionais que realizaram uma sessão de corrida até a exaustão,

assim como não foi capaz de melhorar a sensação térmica e o conforto térmico destes atletas.

Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida - Nutrição Clínica

INFLUÊNCIA DO CONSUMO DE ALIMENTOS RICOS EM ANTOCIANINAS NO TRATAMENTO DOS FATORES DA SÍNDROME METABÓLICA E SUAS COMORBIDADES

Ferres, L.; Faria, A. G. A. Centro Universitário São Camilo. Autor apresentador: Lucas Ferres. Tema Livre

Introdução: Síndrome Metabólica (SM) é um conjunto de fatores de risco que se manifestam no indivíduo, aumentando as chances de desenvolver diversas comorbidades, como Diabetes Mellitus (DM) e doenças cardiovasculares (DCV). Dentre esses fatores, podemos citar: excesso de gordura abdominal, dislipidemia, hiperglicemia e hipertensão arterial; o que levam ao aumento do quadro inflamatório e estresse oxidativo. O DM tem se tornado um problema de saúde pública mundial, sendo o Diabetes Mellitus tipo 2 (DM2) o mais prevalente. Esse é definido como uma doença crônica poligênica com grande influência de fatores externos, tais como inatividade física e hábitos alimentares, caracterizado pela hiperglicemia e a resistência à insulina (RI). Nesse sentido, a ingestão alimentar do indivíduo tem o potencial de modular esse quadro a fim de diminuir o risco de comorbidades, uma alternativa não farmacológica. Desse modo, há estudos ressaltando potenciais antioxidantes e anti-inflamatórios de um composto bioativo nomeado de antocianina, esse encontrado em alimentos de origem vegetal, sendo um subgrupo dos flavonoides, uma classe dos polifenóis. Objetivo: O presente trabalho objetivou-se descrever os potenciais terapêuticos de alimentos ricos em antocianinas sobre os fatores da Síndrome Metabólica e suas comorbidades. Metodologia: Foi realizada uma pesquisa qualitativa de levantamento bibliográfico, nas bases de dados SciELO, Medline e PubMed. Assim, foram reunidos artigos na língua portuguesa e inglesa publicados entre os anos de 2012 a 2022. Resultados: As antocianinas são encontradas principalmente em alimentos de cor escura/roxeadas, como açaí, blueberry, soja preta e uva; entretanto existe alta variância na concentração desse bioativo onde pesquisadores utilizaram doses entre 24mg/dia a 1330mg/dia. Nesse contexto, diversos estudos foram realizados em humanos e animais, onde observaram mudanças benéficas na composição corporal, melhora do controle glicêmico em jejum e pós-prandial com o consumo de antocianinas. Em animais, esses resultados foram acompanhados de menor RI e maior expressão do transportador de glicose insulino-dependente, favorecendo a homeostase glicêmica. Além disso,

após o período de tratamento os cientistas diagnosticaram melhor controle do perfil lipídico tanto em animais quanto em humanos. Ademais, estudos em ratos e camundongos obesos e modelos diabéticos, além de pesquisas com indivíduos em estado de sobrepeso, obesos e com DM2, mostraram redução da inflamação e do estresse oxidativo após o tratamento com alimentos ricos em antocianinas. Por fim, há trabalhos que demonstraram uma proliferação de bactérias intestinais benéficas, recuperando o equilíbrio simbiótico em indivíduos que apresentam disbiose. Conclusão: Portanto, alimentos ricos em antocianinas mostraram potencial benéfico sobre os fatores que compõem a SM, podendo colaborar para diminuição dos riscos de DM2 e DCV e assim ser usado complementarmente com o tratamento dessas. Porém são necessárias mais pesquisas para entender os mecanismos desse composto bioativo, assim como as doses indicadas para suplementação que proporcione os benefícios observados.

Nutrição, Longevidade e Qualidade de vida - Nutrição Clínica

INFLUÊNCIA DOS COMPONENTES DIETÉTICOS NO POTENCIAL INFLAMATÓRIO DE FÓRMULAS ENTERAIS

Da Silva Marques de Sousa, N. De Araújo Do Amaral, L. E Yhang da Costa Silva, B. Instituto Federal de Ciência e Tecnologia do Ceará, campus Limoeiro do Norte/CE, Brasil. Autor Apresentador: Natália da Silva Marques de Sousa. Tema Livre

Objetivo: Identificar os principais componentes dietéticos determinantes do potencial inflamatório das fórmulas enterais disponíveis no mercado brasileiro. Metodologia: Foi realizado no primeiro semestre de 2022 busca nos sites das empresas Abbott, Danone, Fresenius, Nestlé, Nutrimed e Prodiel por fórmulas para nutrição enteral distribuídas no mercado nacional. Foram excluídos módulos de nutrientes, fórmulas pediátricas e quaisquer produtos cujo uso exclusivo não supre 100% das necessidades nutricionais individuais. Analisou-se a tabela de composição nutricional de 89 fórmulas enterais, dentre elas dietas padrão e especializadas. Foi utilizada a metodologia de Shivappa et al. (2014) para obtenção do índice inflamatório (IID). As concentrações dos 26 componentes dietéticos incluídos na estimativa do IID foram agrupadas conforme os tercís de IID. O teste ANOVA foi utilizado para comparação das médias dos componentes entre os tercís. Adotou-se $p < 0,05$ como significativo. Resultados: Observou-se relação inversa entre as médias de IID e os componentes dietéticos gordura monoinsaturada - MUFA ($p=0,037$) e ômega 6 ($p=0,06$) e relação direta com colesterol ($p=0,04$) e gordura saturada ($p=0,04$). Conclusão: Portan-

to, os teores de MUFA e ômega 6 parecem ser os principais contribuintes com o potencial anti-inflamatório das dietas enterais disponíveis no mercado brasileiro, enquanto colesterol e gordura saturada tornam essas dietas menos anti-inflamatórias. Estes achados podem contribuir com a indústria de produtos enterais no intuito de desenvolver produtos com menor impacto inflamatório sistêmico.

Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida - Nutrição e Saúde Pública

INTERVENÇÕES BASEADAS NO MINDFULNESS EM ADULTOS COM DIABETES TIPO 2: UMA REVISÃO DA LITERATURA

Lopes, EC; Mendes, GC; Ferreira, BD. Faculdade Laboro, Palmas, Tocantins, Brasil. Autor para apresentação: Elisama Costa Lopes. Categoria: Tema livre

Introdução: O diabetes mellitus (DM) é um dos problemas de saúde de crescimento mais rápido no mundo. Em 2021, 537 milhões de pessoas viviam com DM no mundo, podendo este número chegar a 643 milhões em 2030. O DM é uma doença que requer muito enfrentamento emocional e psicológico. Entre as abordagens que têm sido relacionadas com a melhora do sofrimento nesta condição crônica de saúde incluem-se as intervenções baseadas no mindfulness. O mindfulness, ou atenção plena, é a consciência aos eventos – pensamentos, sentimentos ou sensações – que ocorrem momento a momento, sem julgamento, sendo reconhecidos e aceitos como são. O cultivo regular do mindfulness pode promover o desenvolvimento e o refinamento das funções atencionais, o que facilita a flexibilidade emocional e cognitiva, maior consciência e autonomia nos comportamentos, bem como maior bem-estar físico e mental. Nesse sentido, buscou-se realizar uma revisão da literatura científica sobre o papel das intervenções baseadas em mindfulness nos aspectos fisiológicos em adultos com DM tipo 2. Metodologia: Esta pesquisa bibliográfica foi realizada nas bases de dados eletrônicas PubMed, Scientific Electronic Library Online (SciELO) e Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), entre 01 e 12 de julho de 2022, sem data limite de publicação, entre artigos em português e inglês, sendo considerados os descritores mindfulness, mindfulness-based stress reduction, mindfulness-based cognitive therapy, diabetes e mindful eating. Os descritores foram usados em inglês de acordo com Medical Subject Headings (MeSH) e em português segundo os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS). Os critérios de inclusão foram: (1) indivíduos com idade > 18 anos com DM tipo 2; (2) estudos que utilizaram explícita e especificamente intervenções com abordagens centradas no mindfulness (Mindfulness Based

Stress Reduction - MBSR, Mindfulness-Based Cognitive Therapy - MBCT) ou mindful eating; (3) que avaliaram os resultados em pelo menos dois pontos de tempo; (4) disponíveis na íntegra e (5) publicados em inglês ou português. Os critérios de exclusão foram: (1) artigos de revisão, de simpósio ou congressos, estudos de caso ou estudos qualitativos; (2) indivíduos com DM tipo 1, diabetes gestacional, pré-diabetes ou pacientes mistos com várias doenças crônicas, mas não categorizando benefícios das intervenções para DM tipo 2; (3) estudos que incluíram intervenções que utilizam alguns elementos do mindfulness e mindful eating, mas que não são centrados nessas abordagens; (4) ausência de comparação pré e pós-intervenção; (5) artigos que descrevem apenas a metodologia do estudo em andamento. Resultados: Inicialmente foram localizadas 175 publicações relacionadas ao tema nas bases de dados selecionadas. A primeira etapa da análise resultou na exclusão de 81 artigos, em razão de serem estudos de revisão ou observacionais. Dos 94 artigos para triagem do título e do resumo, 64 foram excluídos por não atenderem aos critérios de inclusão. Foram selecionados 30 artigos para leitura do texto completo, sendo excluídos quinze nesta etapa. Portanto, 15 artigos foram incluídos nesta revisão. A melhora da hemoglobina glicada (HbA1c) foi o desfecho mais frequentemente estudado (66,67%; n=10), sendo estatisticamente significativa observada em nove dos dez estudos que avaliaram suas concentrações. Dentre os três estudos que avaliaram as concentrações de glicemia de jejum, dois observaram uma redução significativa. Em um dos estudos não foram observados efeitos estatisticamente significativos, sendo identificados alguns obstáculos que podem ter comprometido os resultados do estudo, tais como alta desistência do programa, dificuldades dos participantes em realizar as práticas diárias em casa e ausência de coleta sobre o uso de medicamentos. A pressão arterial (PA) foi avaliada em cinco estudos e apenas um destes não relatou uma redução significativa deste parâmetro. A ausência de significância estatística deste último estudo pode ter ocorrido em razão de a intervenção ter sido autodirigida e os autores não terem avaliado a adesão às práticas, o que poderia fornecer uma confiança adicional à interpretação dos dados. Além disso, o tamanho amostral necessário não foi possível ser atingido no estudo. A perda de peso foi avaliada em três estudos, sendo significativamente menor em apenas um deles, no qual foi o único a aplicar um programa de mindful eating, sendo os demais centrados no mindfulness, com base no protocolo MBSR. Outros resultados observados nos estudos foram a redução na espessura da íntima-média da artéria carótida, nas concentrações do inibidor do ativador de plasminogênio tipo 1, nos valores do ativador do plasminogênio tecidual e de cortisol plasmático. Conclusão: Os resultados dos estudos

apresentados sugerem que as abordagens centradas em mindfulness podem apresentar efeitos benéficos na HbA1c, na glicemia de jejum, na pressão arterial e no comportamento alimentar de adultos com diabetes tipo 2. Entretanto, deve-se ter cautela nas conclusões apresentadas, uma vez que as pesquisas sobre os efeitos das intervenções baseadas em mindfulness no diabetes tipo 2 ainda estão em crescimento. Além disso, as limitações dos estudos ainda são muitas, o que compromete sua qualidade metodológica e a generalização de seus resultados.

Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida - Food Service/ Gastronomia

MARCAÇÃO INTRÍNSECA DE FEIJÃO COMUM COM ÓXIDO DE DEUTÉRIO PARA PERMITIR ESTIMATIVAS DE DIGESTIBILIDADE DE PROTEÍNAS

Pfimer K, 1,2PhD, Branco R.B.F.3, Preston T.4, Salles M.M.S.V. 3, Roma-Junior L.C.3, Ferriolli E.1 1Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto – SP, Brasil; 2 Universidade de Ribeirão Preto, Curso de Nutrição, Ribeirão Preto Brazil; 3 Agência Paulista de Tecnologia e Agronegocio (APTA), Ribeirão Preto, Brazil; 4 Scottish Universities Environmental Research Centre, University of Glasgow, Scottish, UK; Autor que apresentará: Pfimer K

Objetivo: Este trabalho teve como objetivo avaliar qual é a melhor fase fenológica de maturação da semente para incorporar deutério aos aminoácidos da semente. Metodologia: O feijão comum (*Phaseolus vulgaris* L.) foi cultivado em vasos de 11 litros contendo solo argiloso e arenoso. Aos 50 dias após a semeadura, em plena floração, foi aplicado à cultura do feijão deutério 99,8% enriquecido, dissolvido em água de irrigação com enriquecimento de 25%. Seguiu-se uma segunda aplicação de 2,5% 2H₂O em um intervalo de 3, 6, 9 e 12 dias após a primeira aplicação. Resultados: As aplicações de deutério a 2,5% aos 6, 9 e 12 dias após a primeira aplicação, na fase de plena floração, foram os melhores tratamentos para o enriquecimento de aminoácidos ligados a proteínas na semente de feijão com deutério. Conclusão: Todos os tratamentos resultaram em enriquecimento acima de 500 ppm em excesso de 2H, portanto os tratamentos (quantidade e tempo de adição de 2H₂O) foram considerados bem-sucedidos no enriquecimento de sementes de feijão. Isso torna as sementes intrinsecamente rotuladas adequadas para preparar refeições de teste para avaliar a digestão e a absorção de aminoácidos indispensáveis de aminoácidos de feijão comum em seres humanos.

Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida - Nutrição e Saúde Pública.

O AUTOCUIDADO APOIADO NO ENVELHECIMENTO: ACOMPANHAMENTO NUTRICIONAL MISTO DE MULHERES - RELATO DE EXPERIÊNCIA.

Alves, S.; Bueno, L.; Lopes, R.; Silva, C.; Vincha, K. Universidade Federal de Juiz de Fora, Campus Governador Valadares. Governador Valadares. Brasil. Apresentadora: Laiara Bueno. Tema Livre.

Objetivo: Apresentar a experiência de ações em um grupo de alimentação saudável e emagrecimento. Metodologia: A captação de indivíduos foi feita por meio de redes sociais, tendo um link do Google Forms vinculado, no qual os interessados fizeram preenchimento dos seus dados e posterior contato da equipe responsável. Todos os dados foram verificados e os indivíduos que atenderam os critérios de inclusão - acima de 30 anos, ter sobrepeso ou obesidade e ser residente do município de Governador Valadares, Minas Gerais - foram encaminhados para o grupo. Foram realizados 8 encontros coletivos, inicialmente realizou-se uma entrevista individual e acolhimento, com mais um momento individual na metade do cronograma do grupo e uma entrevista final. Os encontros foram conduzidos por alunos e professores do curso de Nutrição da Universidade Federal de Juiz de Fora, Campus Governador Valadares, e aconteceram de forma remota, semanalmente às 17:30 horas. No decorrer da semana, o contato foi mantido através de um grupo no Whatsapp® com intuito de gerar interação. Ao longo do grupo foram trabalhados os temas: alimentação adequada e saudável; ingestão hídrica; como montar pequenas refeições; guia de planejamento para almoço e jantar; níveis de processamento dos alimentos; leitura de rótulos; percepção de fome e saciedade e comportamento alimentar durante os eventos sociais, com uso de estratégias educativas ativas como jogos e dinâmicas. O encerramento do grupo contou com uma roda de avaliação interativa, na qual os participantes avaliaram em uma escala de 0-5 o grau de satisfação aos temas abordados, as dinâmicas, a duração dos grupos, os materiais utilizados e os momentos individuais. Resultados: Houve a participação de 18 indivíduos na entrevista inicial, e ao longo do grupo participaram 8 mulheres e um total de 5 permaneceram de forma constante até o final dos encontros programados. O perfil do grupo foi composto majoritariamente por mulheres com sobrepeso ou obesidade (média do IMC de 33,1 kg/m²), que buscavam a perda de peso e a construção de hábitos mais saudáveis. A média de idade dos participantes entrevistados no início foi de 43 anos e os que permaneceram até o final foi de 48 anos. Acredita-se que o horário do grupo possivelmente foi um fator influenciador para a baixa adesão inicial dos participantes. Outro fator observado foi a que-

bra de expectativas dos inscritos, quando perceberam que o grupo não iria trabalhar somente com prescrição dietética, mas que seriam discutidos temas que os auxiliassem no emagrecimento e na melhoria da alimentação. Embora o grupo tenha sido finalizado com poucas participantes, foi possível notar uma boa adesão em relação às propostas do grupo. Ademais, foi notório o envolvimento das participantes e a interação entre elas, o que possibilitou momentos de troca de experiências. O grupo de Whatsapp® foi um instrumento utilizado que permitiu maior interação entre participantes e entre participantes e condutoras, sendo uma estratégia positiva para estimular a troca e retomar os temas abordados nos encontros. Em relação à avaliação final feita pelas participantes, verificou-se um resultado satisfatório, pois todas responderam nota 5 nos quesitos avaliados. Ressalta-se que as estratégias educativas foram referidas pelas participantes como algo favorecedor para a reflexão e aprendizado dos temas abordados. O atendimento individualizado, realizado por duas alunas supervisionadas pelas professoras, contou com a elaboração de um plano alimentar personalizado. Este momento proporcionou proximidade com as participantes, além da oportunidade de tirar dúvidas específicas da alimentação de cada uma. Em relação à vivência das alunas, cada etapa foi enriquecedora tanto no ponto de vista profissional quanto pessoal, visto que possibilitou a experiência do trabalho coletivo, sendo o interesse das participantes um motivador. A junção dos modelos de atendimentos, em grupo e individual, foi um diferencial, pois ajudou na adesão das participantes e possibilitou posteriormente o encaminhamento para atendimento individual em outro projeto da mesma instituição, promovendo acompanhamento nutricional contínuo. Conclusão: Verificou-se que o atendimento misto permite a troca de experiências entre os participantes e com os condutores. Os encontros em grupo fortalecem as relações, pois há o compartilhamento de saberes, reflexões e experiências parecidas, além de favorecer o apoio para mudanças e melhorias na alimentação. A adesão dos participantes que se mantiveram constantes comprova que uma intervenção baseada nas relações favorece a construção de conhecimento, liberdade e autonomia nas escolhas alimentares. Em suma, o grupo é uma estratégia positiva quando se pensa em acompanhamento nutricional, tanto para os participantes quanto para os condutores, pois estimula desenvolver ações além do individualizado e promover saúde considerando a realidade dos participantes.

Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida - Nutrição Clínica

O CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS RELACIONADO AO EFEITO DA LEUCINA NA OBESIDADE – UMA REVISÃO DE LITERATURA.

Autores: Faria, PM; Marcondes, JMN; Farias, G. Postêr – Apresentação: Jádina Morgana Nunes Marcondes. Faculdade Paranaense – Fapar – Curitiba - Paraná- Brasil

O acúmulo excessivo de gordura no corpo é definido como obesidade pela Organização Mundial de Saúde (OMS). As doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) são um dos maiores problemas de saúde pública do Brasil e do mundo, e segundo o Núcleo de Pesquisas Epidemiológicas em Nutrição e Saúde da Universidade de São Paulo, a prevalência de óbitos, corresponde a 71% de todas as mortes (Rachel et al, 2022), com destaque para as doenças cardiovasculares (28%), neoplasias (18%), doenças respiratórias (6%) e diabetes (5%) (VIGITEL, 2020). A análise do comportamento alimentar vem sendo usada para mapear possíveis indícios de inadequações na alimentação e seu impacto na saúde. Dentre estes, verifica-se que o consumo de alimentos ultraprocessados está associado com o aumento da adiposidade corporal e o maior risco de doenças crônicas não transmissíveis (COSTA et al, 2019), e a leucina tem recebido muita atenção no decorrer dos anos por ser descrito como um sinalizador de ação direta em adipócitos (TORRES-LEAL, 2012). Objetivo: Relacionar o consumo de alimentos ultraprocessados com os efeitos da leucina em adultos com obesidade. Metodologia: Foram pesquisados artigos científicos originais, dados atuais de pesquisas e relatórios do Ministério da Saúde, utilizando as bases de dados Pubmed, Lilacs e Scielo. A busca nas referidas bases foi conduzida com os seguintes descritores em saúde (Decs): ultraprocessed, leucine, obesity e chronic non-communicable disease que serão combinados com os operadores “and” e “or”. Foram aplicados os filtros e selecionados 12 artigos para a revisão e 1 tese de doutorado. Resultados: Os artigos relacionados ao consumo de alimentos ultraprocessados são unânimes em afirmar que quando, estes alimentos consumidos em excesso, aumentam o risco das DCNT. Esse efeito nocivo a saúde se dá por esses alimentos possuírem baixo teor de fibras e micronutrientes (vitaminas e minerais), e alto teor de açúcar e gorduras trans e saturada. Os artigos que se referem ao efeito da leucina no metabolismo, evidenciam que é um ativador da rampamicina (mTOR), sinalizador que regula o metabolismo lipídico, formação e regulação dos adipócitos, e homeostase celular, que está associado com o aumento de risco a resistência a insulina e a ativação crônica mTOR/S6K. Três artigos evidenciam o potencial da leucina como suplemento dietético para o tratamento da obesidade e diabetes mellitus. E um artigo conclui que não há relação entre obesidade/adiposidade com o consumo excessivo de aminoácidos (AA). Conclusão: Após análise dos estudos, inquéritos e relatórios; conclui-se que o consumo em excesso de alimentos ultraprocessados apresenta risco a manutenção da saúde, favorece ao aumento da circunferência da cintura,

sobrepeso/obesidade, incidência de síndrome metabólica e doença crônica não transmissível. A dieta rica em alimentos com alto teor de lipídios de má qualidade e carboidratos favorecem um processo pró-inflamatório nos tecidos adiposos e conseqüentemente causam um “defeito” na sinalização da insulina. Algumas funções estarão inibidas e a maioria das respostas metabólicas será interrompida. A ativação da via mTOR/S6K1 é ativa no tecido adiposo na obesidade. O excesso de nutrientes, como a leucina podem ser responsáveis por promover um estado de resistência a insulina, devido a ativação crônica da via mTOR/S6K1. Porém, ainda existem algumas divergências quanto a relação da leucina nesse metabolismo e mais estudos são necessários para elucidar completamente essa relação.

Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida - Nutrição Esportiva

O CONSUMO DE PROTEÍNA DIETÉTICA ASSOCIADA À SUPLEMENTAÇÃO PROTEICA ALTERA OS MARCADORES BIOQUÍMICOS DA FUNÇÃO HEPÁTICA E RENAL?

*Schlickmann, D.S; Castilhos, E.S.L; Eisenhardt, M.M; Molz, P; Uebel, G. C; Franke, S.I.R

Universidade de Santa Cruz do Sul-UNISC, Santa Cruz do Sul, RS-Brasil. Tema Livre- *Apresentador

Objetivo: Avaliar o consumo da proteína de praticantes de academia que utilizam ou não suplementos proteicos e correlacionar com marcadores bioquímicos da função hepática e renal. Metodologia: Pesquisa transversal, realizada com praticantes de exercícios físicos, de ambos os sexos e maiores de 18 anos. O consumo de proteínas da dieta e dos suplementos foram avaliados por meio da média de um recordatório alimentar e dois registros alimentares, utilizando o programa DietWin®. Analisou-se também marcadores da função hepática [Alanina aminotransferase (ALT), Aspartato aminotransferase (AST), Fosfatase alcalina (FA), Gama-glutamil transpeptidase (GGT)] e renal (Creatinina e Ureia). Um questionário on-line foi aplicado, para caracterização da amostra, com questões sociodemográficas. A amostra foi dividida em dois grupos: G1, que não usa suplementos (consumo de proteínas da dieta); G2, que consome suplementos (consumo de proteínas da dieta + suplementos proteicos). Os dados coletados foram analisados no programa Statistical Package for the Social Sciences (SPSS, versão 23.0 IBM, Armonk, NY). As estatísticas descritivas foram expressas como valores médios e desvios padrão para variáveis contínuas. O teste de correlação de Pearson com procedimento Bootstrapping (5000 reamostragens) foi utilizado para avaliar a correlação entre o consumo de proteínas dietéticas e a ingestão de suplementação proteica associada aos marcadores bioquí-

micos da função hepática e renal. O coeficiente de correlação de Pearson (r) foi utilizado como uma medida de tamanho de efeito ou força de associação. O nível de significância para os testes realizados foi de $p < 0,05$. A presente pesquisa foi aprovada pelo comitê de ética em pesquisa da Universidade de Santa Cruz do Sul, conforme parecer número 20.20.170. Resultados: Participaram do estudo 222 indivíduos praticantes de academias, com idade média de $40,3 \pm 14,81$ anos e prevalência do sexo feminino (52,3%). Dos indivíduos avaliados, 40,5% consumiam suplementos alimentares. Foram encontrados os seguintes coeficientes de correlação entre o consumo de proteínas do G1 com os marcadores ALT ($r=0,182$; $p=0,009$) e ureia ($r=0,168$; $p=0,016$). Em relação ao G2, verificou-se um aumento da força de associação com ligeiros aumentos nos marcadores ALT ($r=0,211$; $p=0,002$), AST ($r=0,145$; $p=0,037$), FOSF AL ($r=0,149$; $p=0,033$), creatinina ($r=0,147$; $p=0,035$) e ureia ($r=0,165$; $p=0,018$). Conclusão: praticantes de academias que consomem suplementos proteicos apresentaram ligeiras alterações nos marcadores da função hepática e renal, quando comparados aos que não consumiam, demonstrando a importância de um acompanhamento profissional para minimização de possíveis riscos à saúde.

Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida - Nutrição Esportiva

OS DIFERENTES PROTOCOLOS DE SUPLEMENTAÇÃO DO GLICEROL NA HIPER-HIDRATAÇÃO PARA A MELHORA DA PERFORMANCE ESPORTIVA

OLIVEIRA, H.1,2; MARTINS, I.1,3; SAMAJAUSKAS, R.1.; NAVES, A5; PERIM, P; CAPISTRANO JÚNIOR, VLM6; RIBEIRO, F7.1 - Centro Universitário São Camilo, São Paulo, Brasil. 2 - Universidade de São Paulo, Faculdade de Medicina, Grupo de Pesquisa em Fisiologia Aplicada e Nutrição. 3 - Universidade de São Paulo, Faculdade de Medicina, Núcleo de Obesidade do Instituto de Psiquiatria. 4 - Universidade de São Paulo, Escola de Educação Física e Esporte, Faculdade de Medicina, Grupo de Pesquisa em Fisiologia Aplicada e Nutrição. 5 - Nutreex, Nutrição Esportiva de Excelência Clínica, São Paulo, Brasil. 6 - Universidade Federal do Ceará, Departamento de Farmacologia, Fortaleza, Brasil. 7 - Universidade de São Paulo, Faculdade de Ciências Farmacêuticas, Departamento de Tecnologia Bioquímica-Farmacêutica. Autor apresentador: Higor Alexandre Oliveira. Tema Livre

Objetivos: Verificar a literatura científica quanto aos protocolos da suplementação de glicerol na hiper-hidratação para a melhora do desempenho esportivo. Materiais e métodos: Foi realizada uma revisão de literatura envolvendo o levantamento bibliográfico na base de dados online do PubMed. Foram incluídos estudos publicados em português e inglês no

período de 2012 a 2022, feitos com humanos. Resultados: A suplementação de glicerol pode ser feita com a coingestão de líquidos para hiper-hidratação, afim de evitar a hipohidratação durante uma prova, possibilitando uma maior sudorese, diminuindo a percepção de esforço e assim, melhorando o desempenho esportivo. Sua eficiência na hiper-hidratação é bem definida na literatura, e desde de 2018 não é considerado doping segundo a World Anti-Doping Agency. A suplementação pode ser indicada para exercícios que perdurem por mais de 60 minutos (geralmente de endurance), principalmente em ambientes quentes, com doses em torno de 1 a 1,5g de glicerol por kg de peso corporal associado a ingestão de 26mL de líquidos por kg de peso, cerca de 60 a 150 minutos antes do exercício. Além disso, a coingestão de outras substâncias (creatina, carboidratos) é usada pensando em aumentar a retenção e melhorar as respostas da suplementação. Porém, a coingestão de 100g a 150g de carboidratos (sem controle da dieta) se mostrou suficiente para prejudicar o perfil lipídico de atletas bem treinados de ciclismo, podendo ser um ponto de atenção para esportistas. Também, a suplementação de 1,4g de glicerol por kg de massa livre de gordura, com a ingestão de 30mL de líquidos por kg de massa livre de gordura com a diluição de 7,5g de sal por litro, foi capaz de aumentar significativamente a retenção de líquidos com a menor produção de urina, comparado a suplementação apenas de sal ou glicerol isoladamente. Conclusão: O protocolo de suplementação de glicerol e sal foi o mais eficaz para expansão do volume plasmático e (hiper-hidratação). No que se refere a melhora da performance esportiva, acontece principalmente em ambientes que favoreçam a desidratação.

Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida- Nutrição Clínica

RELAÇÃO DO CONSUMO DE ÁCIDO FÓLICO E MEMÓRIA EM PACIENTES IDOSOS. Padoin, M.J., Ceolin, M.J., Cunha, J.F.R. Laboratório de Neurociências e Nutrição, UNIOESTE, Cascavel/PR-Brasil. O trabalho será apresentado por Maristela Jorge Padoin. Formato pôster

Objetivos: Correlacionar a ingestão de vitamina B9 e o desempenho em testes de memória em pessoas idosas. Métodos: A amostra foi constituída por 20 voluntários idosos (a partir de 60 anos), demanda espontânea, sendo 19 mulheres e 1 homem. O grau de instrução da amostra foi variada: 52% possuía ensino fundamental incompleto, 12% possuía ensino fundamental completo; 12% era graduada e 24% pós-graduada. Os pesquisados eram aposentados de classe média (renda familiar entre R\$ 1.065,00 – R\$ 4.501,00. A divulgação do projeto de pesquisa se deu através de cartazes colocados em locais de circulação pública e os interessados fizeram o agendamento por telefone. Durante o atendimento, foram

aplicados os questionários: Anamnese, Socioeconômico; Recordatório de 24h (R24, adaptado para uma dieta usual do paciente em 24h); e os testes de avaliação de estado mental (Minimental), Teste do Relógio e Teste de Blessed - Memória. Posteriormente os resultados do R24 foram repassados ao programa AVANUTRI[®], o qual forneceu os valores nutricionais dos alimentos consumidos por cada paciente. Os resultados dos testes de memória foram obtidos de acordo com as pontuações definidas destes. A ingestão de folato foi correlacionado com o escore dos testes de memória, através da Correlação de Spearman, no programa Bioestat. Considerou-se significativo $p < 0,05$. O projeto foi aprovado pelo comitê de ética da instituição, sendo o Número de Parecer 714.822, de 26/06/2014 – UNIOESTE. Resultados: O consumo médio de Folato da amostra foi de 112, 3 mcg \pm 41, 44 EPM. Houve correlação estatisticamente significativa entre o Ácido fólico e o Teste de Blessed – Memória ($p = 0,0091$; $t = -3,1587$) e Teste do Relógio ($p = 0,011$; $t = -3,0613$). Conclusão: Os resultados encontrados indicam que baseado em uma ingestão diária usual de pacientes idosos, há uma diminuição da ingestão de fontes alimentares ricas em folato, o que pode ser um dos motivos do baixo desempenho dos mesmos nos testes cognitivos.

Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida- Nutrição Clínica

RELAÇÕES ENTRE NUTRIENTES INGERIDOS PELA LACTANTE E A QUALIDADE DE LEITE MATERNO.

Acksenen, E. A., Padoin, M.J. Cunha, J.F.R. Laboratório de Neurociências e Nutrição, UNIOESTE, Cascavel/PR-Brasil. O trabalho será apresentado por Maristela Jorge Padoin. Formato pôster

Objetivo: O objetivo deste estudo foi correlacionar o perfil alimentar da nutriz com a qualidade do leite materno oferecido pela mesma a um Banco de Leite Humano (BLH). Métodos: Trata-se de um estudo quanti-qualitativo transversal aprovado pelo Comitê Ética em Pesquisa com Seres Humanos – CEP da Unioeste (Parecer no 1254881). Participaram do estudo 21 nutrizas cadastradas no BLH que doaram leite no período de setembro a novembro de 2019. As nutrizas apresentaram idade média de 29 anos. Foram aplicados questionários de anamnese das nutrizas e inquérito alimentar recordatório de 24h (R24) para estabelecer o perfil do consumo alimentar. O estado nutricional foi classificado com base no Índice de Massa Corporal (IMC). A partir dos dados obtidos pelo R24 foi realizada análise dos valores do consumo energético e de macro e micronutrientes utilizando o programa AVANUTRI. Os resultados foram comparados aos valores de referências estabelecidos pelo Institute of Medicine para a ingestão dietética diária recomendada. O leite

humano doado foi avaliado através de dois testes físico-químicos, acidez titulável pelo método de Dornic e crematócrito, para qualificação do leite em aceitável para consumo (abaixo de 8 Dornic) e para obtenção do teor de gordura e valor calórico, respectivamente. A análise de correlação foi realizada através do teste de Shapiro Wilk utilizando coeficiente de correlação de Pearson ou Spearman dependendo da distribuição dos dados. O nível de significância adotado foi $p < 0,05$. Resultados: Do total, 07 doadoras (35%) estavam com IMC acima do peso normal, 1 abaixo do peso e 13 eutróficas. Em termos de valor calórico total a ingestão proteica ($15,74\% \pm 0,87$) (média em \pm EPM), lipídica ($25,63\% \pm 1,58$) e de carboidratos ($58,61\% \pm 1,86$) foram consideradas adequadas. Ao avaliar o perfil lipídico ingerido pelas nutrízes foram observados um consumo de colesterol ($203,7\text{mg} \pm 25,3$) e de gorduras saturadas ($20,47\text{g} \pm 3,9$) no limite máximo recomendado. O consumo de micronutrientes foi considerado abaixo do recomendado para as vitaminas A ($376\text{RE} \pm 77$), D ($1,09\mu\text{g} \pm 0,26$), B1 ($0,85\text{mg} \pm 0,13$), B2 ($0,84\text{mg} \pm 0,08$), B5 ($2,33\text{mg} \pm 0,26$), B9 ($57,7\mu\text{g} \pm 7$) e E ($6,3\text{mg} \pm 1,3$), as vitaminas B3 ($14,1\text{mg} \pm 1,12$), B6 ($0,86\text{mg} \pm 0,08$), B12 ($2,77\mu\text{g} \pm 0,56$) e C ($767\text{mg} \pm 57$) alcançaram os valores recomendados para ingestão diária. Quanto aos minerais: Ca ($572,4\text{mg} \pm 82$), Mg ($132\text{mg} \pm 13,5$), Cu ($0,37\mu\text{g} \pm 0,04$), I ($9\mu\text{g} \pm 4$), Mn ($1,6\text{mg} \pm 0,27$), K ($1202\text{mg} \pm 81,6$) e Na ($1238\text{mg} \pm 142$) ficaram abaixo das recomendações e Fe ($58,06\text{mg} \pm 46,8$), Zn ($8,15\text{mg} \pm 1,36$) e Se ($55,3\mu\text{g} \pm 14$) alcançaram as recomendações diárias. Em relação à qualidade do leite materno, todas as amostras foram consideradas desejáveis, com acidez entre 3,15 a 7,7° D ($5,26 \pm 0,32$) e teor de gordura 0,86 a 4,78g% ($2,43 \pm 0,23$). Ao realizar análise estatística foi observada correlação entre acidez do leite materno e consumo de vitamina E ($r = 0,4658$), vitamina D ($r = 0,5101$), gordura poliinsaturada ($r = 0,5265$) e do iodo ($r = 0,6258$). Conclusão: Os dados mostraram que em relação aos macronutrientes não houve relação direta da porcentagem de consumo de cada um com os dados que foram analisados. Em relação aos micronutrientes, evidenciou-se que a diminuição da ingestão de vitamina E e D, e do mineral I, demonstrou relação com o nível de acidez do leite materno, bem como a ingestão aumentada de gordura poliinsaturada.

Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida - Nutrição e Saúde Pública

REPERCUSSÕES DA INSEGURANÇA ALIMENTAR EM CRIANÇAS REFUGIADAS

Nascimento, V; Luz, M; Pereira, B; Viana, V. Centro Universitário do Estado do Pará (CESUPA); Faculdade Integrada da Amazônia (FINAMA), Belém, Brasil. A autora apresentando

ra é Vitória Nascimento e o trabalho é em formato de Pôster.

O presente estudo tem como objetivo analisar as consequências na saúde que a insegurança alimentar acarreta em crianças refugiadas. Trata-se de uma revisão da literatura de caráter narrativo quanto à influência da insegurança alimentar e seus efeitos deletérios em crianças refugiadas. A revisão foi realizada a partir de artigos encontrados nas bases de dados ScienceDirect, Scientific Electronic Library Online (SciELO), PubMed e Google acadêmico, no período de 2018 a 2022. As palavras chaves utilizadas foram: criança, refugiado e insegurança alimentar. Os critérios de inclusão foram: artigos que abordavam o tema estabelecido e que estivessem em sua forma íntegra. Para a análise dos artigos foi realizada a leitura dos seus títulos e resumos e, os que abordavam o tema, foram lidos por completo para a concretização da revisão. Foram selecionados 4 artigos no total, em língua inglesa. Lane et al (2018) em um estudo transversal realizado com 165 crianças refugiadas, originárias em sua maioria do continente asiático e do Oriente Médio, constatou significativos efeitos na saúde em decorrência da insegurança alimentar a que estavam expostas. Elas apresentavam maior risco de crescimento atrofiado, sendo que 38 crianças (23%) já se encontravam com a estatura abaixo do percentil para a idade; colocando-as do mesmo modo em risco concomitante para desnutrição crônica. Segundo os pesquisadores, isso se deve ao fato de crianças refugiadas serem submetidas muito precocemente a estresses extremos, causando, portanto, mudanças fisiológicas que afetam o seu crescimento. Outro fator deletério observado foi o elevado nível de colesterol plasmático apresentado em 105 (63%) crianças refugiadas; estudos sugerem que baixos níveis de atividade física e comportamentos alimentares inadequados podem levar à essa circunstância, contudo, é importante ressaltar também, que o fato de ser refugiado é um fator de risco para níveis aumentados de colesterol, uma vez que a população refugiada experimenta estresses significativos associados a dificuldades durante a migração e à adaptação à nova vida. Alasagheirin e Clark (2018) em outra pesquisa transversal realizada com 64 crianças refugiadas do Sudão, com idade entre 5-18 anos constatou que 21 crianças (32%) tinham conteúdo mineral ósseo (CMO) e densidade mineral óssea (DMO) abaixo dos valores de referência; a massa magra foi insuficiente em 29 crianças (46%) e 21 (32%) estavam obesas. Medidas séricas como colesterol, triglicerídeos e HOMA-IR estavam elevados em 23,4%, 32,8% e 15,6% das crianças, respectivamente; além de 40% evidenciarem insegurança alimentar. Os pesquisadores puderam comprovar que essas crianças refugiadas têm riscos elevados associados às patologias citadas acima e insegurança alimentar, contribuindo eminentemente para a osteoporose adulta, diabetes

e doenças cardiovasculares. Um amplo estudo de métodos mistos realizado pelo Healthy Immigrant Children, no Canadá, com crianças refugiadas de 3-13 anos corroborou os achados de Lane et al e Alasagheirin e Clark, apontando deficiências nutricionais e outros maus resultados de saúde como consequências à insegurança alimentar; além disto, pesquisas canadenses validaram seu forte impacto na saúde pública. Em relação a alguns fatores determinantes de insegurança alimentar, foi verificado que do total de 166 crianças refugiadas, 45% tinham como principal fonte de renda da família: assistência social e transferência do governo e 77% viviam em condição de baixa renda. Além de que, 46% dessas crianças já se encontravam em estado de insegurança alimentar, com 17,4% com insegurança alimentar marginal, 27,7% com insegurança alimentar moderada e 1,8% com insegurança alimentar severa. Com isso, foi verificado quanto à densidade energética média e a composição de macronutrientes: crianças de 4-8 anos com insegurança alimentar consumiram uma proporção menor de energia de proteína, que foi substituída por energia de carboidratos, em comparação com as crianças com segurança alimentar; relatou-se ainda, que crianças de 3-13 anos consumiram um número médio de porções menor do que as crianças com segurança alimentar, com destaque para o baixo consumo especificamente de produtos lácteos na faixa etária de 4-8 anos. Repercussões também foram observadas nos micronutrientes, o estudo explica que essas crianças apresentaram maior nível de ingestão inadequada de nutrientes como, vitamina D, B12 e cálcio (LANE; NISBET; VATANPARAST, 2019). Dessa forma, a partir dos estudos citados, conclui-se que crianças refugiadas são suscetíveis à insegurança alimentar, correndo maiores riscos relacionados à saúde, sendo mais vulneráveis à desnutrição crônica, colesterol alto, osteoporose, diabetes e doenças cardiovasculares. Portanto é importante que os governos possam elaborar medidas que tornem a alimentação saudável cada vez mais alcançável a todos, para que assim haja a prevenção de doenças citadas anteriormente.

Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida - Nutrição Clínica

RISCO DE ORTOREXIA NERVOSA EM UNIVERSITÁRIOS: UMA REVISÃO

Lima, C.S.; Sousa, F.V.B.; Rodrigues, M. S., Sousa, T. S.O.; Cardoso, T.C.; Macedo, A. C. C. F.F.; Landim, L.A.S.R. Centro Universitário Santo Agostinho-UNIFSA, Teresina, Brasil.
Stela da Conceição de Freitas Matos Lima
Tema livre

Objetivo: Identificar estudos acerca do risco do desenvolvimento da ortorexia nervosa entre estudantes universitários. Metodologia: Trata-se de uma revisão narrativa de caráter

exploratório. A coleta de dados foi realizada nas bases de dados PubMed, Scielo e Google Acadêmico com estudos publicados entre os anos de 2014 a 2021. Foram utilizados descritores em português: “Ortorexia nervosa”, “Comportamento alimentar”, “Estudantes”, “Ingestão de alimentos” e em inglês: “Orthorexia nervosa”, “Eating behavior”, “Students”, “Food intake”. Os tipos de estudos incluídos foram artigos originais que retratassem a temática em estudo. Foram excluídos artigos de revisão, relatos de casos, trabalhos de conclusão de curso, resumos de congresso, editoriais, capítulos de livros e os que não estavam disponíveis para leitura. Foram encontrados 190 estudos sobre a temática, após a aplicação dos critérios de exclusão 8 estudos foram selecionados. Resultados: A Ortorexia Nervosa (ON) vem sendo descrita na literatura não como um transtorno alimentar, mas como um comportamento obsessivo patológico na qual possui, origem multifatorial, incluindo causas de origem biológica, psicológica, familiar e sociocultural. A ON acomete geralmente indivíduos do sexo feminino, mas também é possível encontrar em indivíduos do sexo masculino. Isso se deve a insatisfação corporal ser mais prevalente no sexo feminino pois, a maioria, mesmo eutróficas, estão insatisfeitas com o corpo, principalmente com desejo de ter medidas corporais cada vez menores. Quanto a incidência relacionada aos cursos da área da saúde, observou-se que no curso de nutrição (46,7%), que possui a grande maioria do sexo feminino, a prevalência da ON é menor do que na educação física (53,3%), que por sua vez apresentou como maioria o sexo masculino o que faz supor que ainda exista a dicotomia entre o saber teórico e a aplicação na prática diária, visto que estudantes da área da saúde, principalmente os estudantes da educação física são muito comprometidos com a adoção de hábitos de vida mais saudáveis, uso da aparência física como propaganda da sua futura profissão ou simplesmente de serem “influencers” do curso, dedicando mais do seu tempo à alimentação e a prática de atividades físicas. Confirma-se que exista esta tendência do desenvolvimento de ON em estudantes de nutrição, sugerindo uma ligação direta com as atividades inerentes a essa profissão, que trabalha diretamente com questões relacionadas à alimentação e ao corpo, apresentando preocupação excessiva com a composição nutricional e com o valor calórico dos alimentos, encarando o alimento com um olhar puramente biológico, como um mero fornecedor de nutrientes para a manutenção da saúde, e esse comportamento pode não ser muito saudável, especialmente quando consideramos o contexto da ON. Conclusão: A partir da análise dos dados foi possível observar que alunos universitários, principalmente os da área da saúde apresentam uma alta prevalência para o desenvolvimento da ortorexia nervosa, sendo mais frequente no sexo feminino, estando mais suscetíveis devido inúmeros fatores, dentre eles a mídia, os padrões impostos

pela sociedade e até mesmo as exigências que são impostas quando escolhem um curso da área da saúde pois, antes mesmo de iniciar o curso já existem rótulos que definem como deve ser um estudante/profissional da nutrição, comparando nossos corpos como medidores de capacidade intelectual e/ou profissional.

Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida - Nutrição Esportiva

SATISFAÇÃO COM O PESO CORPORAL ASSOCIADA AO PERCENTUAL DE GORDURA CORPORAL EM MULHERES USUÁRIAS DE ACADEMIAS DO BRASIL E DA ESPANHA

*Eisenhardt, M.M; Schlickmann, D.S; Castilhos, E.S.L; Uebel, G. C; Molz, P; Franke, S.I.R

Universidade de Santa Cruz do Sul, Santa Cruz do Sul, Brasil. Tema Livre – Apresentador*

Objetivo: Analisar a satisfação corporal de mulheres usuárias de academias do Brasil e da Espanha e associar ao percentual de gordura corporal. Método: O presente estudo transversal descritivo foi aprovado pelo comitê de ética em pesquisa da Universidade de Santa Cruz do Sul sob o parecer número 2.020.070. Participaram da pesquisa, mulheres com idade igual ou superior a 18 anos, praticantes de academias do Brasil e Espanha. Aplicou-se um questionário on-line para avaliar a satisfação corporal, contendo as seguintes opções de resposta: i) sim, estou satisfeita com peso, ii) não, não estou satisfeita com peso corporal. O percentual de gordura corporal foi mensurado por meio da balança de bioimpedância Omron® HBF 514c e os valores obtidos foram classificados de acordo com a faixa etária. Os dados foram analisados no programa estatístico Statistical Package for the Social Sciences (SPSS, versão 23.0 IBM, Armonk, NY) e expressos por meio de média e desvio padrão. Aplicou-se o teste de qui-quadrado para verificar a associação entre as variáveis, considerando o nível de significância de $p < 0,05$. Além disso, razões de chances com seus respectivos intervalos de confiança de 95% foram calculados para as tabelas 2x2 do teste de qui-quadrado como medidas de tamanho de efeito. Resultado: Participaram do estudo 206 mulheres (n=103 Brasil; n=103 Espanha), amostra pareada por idade. Com idade média de $37,40 \pm 13,01$ anos. Observou-se que as mulheres de ambos os países apresentaram insatisfação com o peso corporal (Brasil 70,9%; Espanha 63,1%), sendo que 48,1% das mulheres tinham percentual de gordura corporal considerado alto. Houve uma associação entre percentual de gordura e insatisfação corporal das mulheres de ambos os países ($p < 0,001$), sendo que mulheres brasileiras com alto percentual de gordura corporal apresentaram 5,94 (IC95%: 2,25; 15,70) vezes mais chances de insatisfação corporal do

que mulheres com percentual de gordura normal. Já as mulheres espanholas com alto percentual de gordura corporal apresentaram 11,00 (IC95%: 3,78; 32,01) vezes mais chances de insatisfação corporal do que mulheres com percentual de gordura normal. Conclusão: Verificou-se associação entre a satisfação corporal com o percentual de gordura, demonstrando que as mulheres se sentem mais insatisfeitas quando seu percentual de gordura está alto.

Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida - Nutrição Esportiva

TEMPO DE USO DE MÍDIAS SOCIAIS ASSOCIADO COM ESCORE DE ANSIEDADE, DURANTE O ISOLAMENTO SOCIAL, DEVIDO À PANDEMIA DA COVID-19

Eisenhardt, M.M; Schlickmann, D.S; Castilhos, E.S.L; Santos, C; Molz, P; Franke, S.I.R. Universidade de Santa Cruz do Sul, Santa Cruz do Sul, Brasil; Tema Livre – Apresentador

Objetivo: Avaliar o tempo de uso de mídias sociais e associar com escore da ansiedade durante o isolamento social, devido à pandemia da covid-19. Método: Estudo descritivo transversal, realizado com indivíduos da cidade de Santa Cruz do Sul/RS. Foram incluídos no estudo, indivíduos com idade igual ou superior a 18 anos, de ambos os sexos, que permaneceram em isolamento social controlado de abril a julho de 2020. Para a coleta dos dados foi utilizado um questionário on-line sobre questões demográficas (sexo e idade), tempo de uso de mídias sociais e ansiedade, durante o isolamento. O tempo de mídia foi considerado de acordo com o número de horas despendido em frente à tela. O questionário de Depressão, Ansiedade e Escala de Estresse (DASS-21) foi utilizado para avaliar o escore de ansiedade. Os dados foram analisados no programa estatístico Statistical Package for the Social Sciences (SPSS, versão 23.0 IBM, Armonk, NY). As análises descritas foram expressas em média e desvio padrão. Aplicou-se o teste de correlação de Pearson para avaliar a associação entre o tempo de mídia com escore de ansiedade, empregando-se o nível de significância de $p < 0,05$. A presente pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UNISC sob parecer número 3.968.820. Resultados: Participaram do estudo 98 indivíduos com idade média de $33,31 \pm 10,98$ anos, com prevalência do sexo feminino (71,4%). A média do tempo de mídias sociais entre os indivíduos foi de $4,83 \pm 2,64$ horas/dia. Os escores de ansiedade correlacionaram com o tempo de mídias ($r = 0,225$; $p = 0,026$), indicando que, quanto maior o tempo de uso de mídias sociais, maiores os escores de ansiedade. Conclusão: Indivíduos que relataram um elevado tempo de uso de mídias sociais, durante o período de isolamento social, devido à pandemia da covid-19, apresentaram associação com o aumento do escore de ansiedade. Esses resultados alertam para os possíveis

efeitos negativos do uso excessivo de mídias sociais em relação à saúde mental dos usuários.

Nutrição, Longevidade e Qualidade de Vida - Nutrição e Saúde Pública

VALORES E ATITUDES AUTOPERCEBIDAS EM RELAÇÃO AOS COMPORTAMENTOS SUSTENTÁVEIS DE AQUISIÇÃO, PREPARO E CONSUMO DE ALIMENTOS ENTRE MULHERES ADULTAS PARTICIPANTES DE UMA INTERVENÇÃO EDUCATIVA ALIMENTAR E NUTRICIONAL ONLINE: UM ESTUDO PRÉ E PÓS-TESTE

Tarrão, M. Y. A.¹, Amorim, M. S.^{2*}, Oyafuso, D. H.³, Tereza Da Silva, J.⁴, De Carli, E.⁵, Marchioni, D. M. L.⁶, Carvalho, A. M.⁶ ¹Graduanda em Nutrição, Faculdade de Saúde Pública (FSP), Universidade de São Paulo (USP) - São Paulo, Brasil. ²Doutoranda em Nutrição, Universidade Federal de São Paulo - campus São Paulo.

³Nutricionista pela Faculdade de Saúde Pública (FSP), Universidade de São Paulo (USP) - São Paulo, Brasil. ⁴Doutoranda do Global Academy of Agriculture and Food Security, The University of Edinburgh.

⁵Doutor em Ciências dos Alimentos, Faculdade de Saúde Pública, Universidade de São Paulo - São Paulo, Brasil. ⁶Docentes do Departamento de Nutrição da Faculdade de Saúde Pública, Universidade de São Paulo - São Paulo, Brasil. *Autora apresentadora: Mirelly dos Santos Amorim. Modalidade: Pôster

Objetivo: Avaliar os efeitos imediato e tardio de uma intervenção Educativa Alimentar e Nutricional online sobre valores e atitudes relativos aos comportamentos sustentáveis de aquisição, preparo e consumo de alimentos entre mulheres adultas dispostas a mudanças saudáveis na alimentação. Metodologia: A intervenção é um estudo quase experimental do tipo pré-teste/pós teste incluindo mulheres adultas (18 a 59 anos) e aparentemente saudáveis, sem grupo controle. O protocolo consistiu em 28 dias (4 semanas) de ações educativas por meio de um grupo de conversas online no aplicativo WhatsApp. Como recursos educativos foram utilizados infográficos, textos, áudios, vídeos e questionários de autoavaliação, com foco nas seguintes temáticas: 1) incentivo ao consumo de frutas, verduras e legumes; 2) redução do consumo de carne vermelha e processada; 3) redução do consumo de alimentos com alto teor de sal, gordura e açúcar; e 4) incentivo à aquisição de produtos de baixo impacto ambiental. Um questionário online especialmente desenvolvido para o estudo e previamente testado quanto à sua reprodutibilidade foi utilizado em três momentos: baseline, 4 semanas e 8 semanas. Quatro indicadores foram selecionados para avaliar valores e atitudes relativos aos comportamentos sustentáveis de aquisição, preparo e consumo de alimentos nos últimos 30 dias

utilizando escalas tipo Likert de 11 pontos (0 a 10) ou frequências simples (vezes/semana): (i) escalas de autopercepção da importância e da adoção de uma alimentação sustentável; (ii) escalas da contribuição de sete locais/fornecedores para o total adquirido de frutas, verduras e legumes (FLV) (auto-produção, hortas/pomares comunitários, agricultores locais, feiras livres, quitandas, mercearias e supermercados); (iii) frequência de preparo das refeições do almoço e/ou jantar em casa; e (iv) frequência de aquisição de alimentos orgânicos. Variações entre os períodos pré e pós-intervenção foram analisadas usando teste não-paramétrico de Wilcoxon, assumindo nível de significância de 5%. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Saúde Pública da USP sob nº CAAE: 11855319.7.0000.5421. Resultados: Das 58 mulheres incluídas no estudo, 43 (74,1%) e 36 (62,1%) completaram as avaliações após 4 e 8 semanas do início da intervenção, respectivamente. A amostra final consistiu, em sua maioria, de mulheres com nível superior completo (86,1%), autodeclaradas como brancas (72,2%), eutróficas (50,0%) ou com sobrepeso (27,8%). Entre os períodos pré e pós-intervenção imediato, foram verificadas mudanças significativas nas medianas das escalas de autopercepção da importância (8,0 vs. 7,0; $p = 0,004$) e da adoção (6,0 vs. 7,0; $p < 0,001$) de uma alimentação sustentável, com prolongamento destes efeitos até a 8ª semana. Diferenças significantes não foram verificadas em outras variáveis após a intervenção, em relação ao baseline, apesar de tendência ao aumento tardio, entre a 4ª e 8ª semana, nos valores medianos da escala de contribuição de feiras livres para a aquisição de FVL (1,0 vs. 2,0; $p = 0,058$). Conclusão: A intervenção educativa alimentar e nutricional entre mulheres adultas demonstrou efeito positivo sobre a autopercepção da importância e da adoção de uma alimentação sustentável, apesar de não influenciar significativamente as atitudes de aquisição e de preparo dos alimentos.

CONHEÇA AGORA



TATE & LYLE

Criamos um canal de nutrição especialmente para os profissionais da área de saúde, para compartilhar nosso conhecimento e paixão por construir e comunicar a ciência de nossos ingredientes.

Confira artigos de blog, materiais para download e vídeos. **Acesse: <https://bit.ly/3zwzp2d>**



LE CORDON BLEU®
SÃO PAULO



A gama de programas e cursos disponíveis no Le Cordon Bleu São Paulo se adapta ao tempo disponível do aluno. Vão de experiências de curta duração - teóricas ou práticas - até chegar ao desejado "Le Grand Diplôme" que abrange a certificação mais completa em "Cuisine" e "Pâtisserie". São turmas diurnas e noturnas, com ritmo intensivo ou regular. Cada área também pode ser cursada separadamente em módulos básicos, intermediários ou superiores com didática e nível técnico reconhecidos em qualquer unidade Le Cordon Bleu do mundo. O instituto também profere formação em Boulangerie e lançou em 2019 o CordonTec - programa voltado para a aplicação profissional das técnicas de cozinha, confeitaria e serviço no mercado de restaurantes. Normalmente os cursos são oferecidos a cada novo trimestre.



"O aluno aprende um conjunto de técnicas, é muito mais do que seguir receitas. Por isso, um aluno de São Paulo consegue acompanhar o que se faz em Paris ou Tóquio. Temos a mesma didática e rigor no controle de qualidade", diz o Chef Patrick Martin, diretor técnico responsável pela implantação da escola no Brasil.

E agora para o público apaixonado pela gastronomia nacional, ou aqueles que querem fazer da cozinha brasileira o conceito de seu negócio, a escola oferece o curso Diploma de Cozinha Brasileira com 360 horas divididas em três módulos: básico - com história, apresentação de ingredientes por meio de técnicas de cozimento e cortes; intermediário - passeio pelas diferentes regiões brasileiras e seus preparos típicos; e superior - elaboração de receitas com toque autoral que mesclam a cozinha brasileira com influências internacionais.



SÃO CAMILO

PÓS
GRADUAÇÃO

NUTRIÇÃO



GESTÃO DE NEGÓCIOS EM ALIMENTAÇÃO

O curso MBA em Gestão de Negócios em Alimentação do Centro Universitário São Camilo busca possibilitar o aprimoramento e a capacitação de uma grande parcela de profissionais que almejam gerir um negócio próprio ou de terceiros no segmento de alimentação.

Confira também nossos outros cursos na área de Nutrição:

**Nutrição
Clínica**



**Nutrição
Esportiva
em Wellness**



**Genômica
Nutricional**



**Nutrição e
Microbioma
Intestinal**



**Stricto Sensu
Mestrado Profissional
em Nutrição – do
Nascimento à
Adolescência**

Acesse nosso QR-Code e saiba mais dos cursos presenciais, a distância e em outros polos.



saocamilo-sp.br
0300 017 8585



CENTRO UNIVERSITÁRIO
SÃO CAMILO