

ANAIS DO 5º CONGRESSO PAN-AMERICANO DE
INCENTIVO AO CONSUMO DE FRUTAS E HORTALIÇAS
PARA A PROMOÇÃO DA SAÚDE

Um prato cheio de saúde

21 a 24 de setembro de 2009

Brasília – Brasil

CADERNO DE PARTICIPANTES
CUADERNO DE LOS PARTICIPANTES

5º CONGRESSO PAN-AMERICANO DE INCENTIVO AO
CONSUMO DE FRUTAS E HORTALIÇAS PARA A
PROMOÇÃO DA SAÚDE

Um prato cheio de saúde

V CONGRESO PANAMERICANO DE INCENTIVO AL
CONSUMO DE FRUTAS Y HORTALIZAS PARA LA
PROMOCIÓN DE LA SALUD

Un plato lleno de salud

21 a 24 de setembro de 2009
21 al 24 de septiembre de 2009
Brasília – Brasil

	<p>escolaridade (mediana de 5 anos de estudo; IC95%: 4,4-9,3 anos) e renda per capita de R\$270,00 (IC95%: R\$371,8-1369,8). As estratégias utilizadas para o incentivo ao consumo de FLV foram: 1) Calendário de frutas da época, com gravuras das frutas da safra dos meses do ano, a fim de explorar seu menor custo; 2) Jogos lúdicos que incluíam figuras e perguntas sobre consumo, benefícios e recomendação de FLV. Estes eram utilizados para avaliar a efetividade das orientações e reforçá-las de modo criativo; 3) Orientações nutricionais com enfoque no custo benefício da substituição de alimentos industrializados por FLV. Exemplo: pacientes que apresentavam elevado consumo per capita mensal de óleo. Realizava-se o cálculo da quantia excedente de dinheiro gasta na compra desse óleo, e utilizava essa verba para estimar o quanto de FLV poderia ser comprado; 4) Estimulo ao cultivo domiciliar de hortaliças, a fim de ampliar as opções alimentares sem acarretar custo financeiro; 5) Distribuição de receitas que possuíam como ingredientes FLV, e que estimulavam o aproveitamento integral dos alimentos. Dentre essas receitas, destacam-se sanduíches com hortaliças, tortas de legumes, arroz colorido, sobremesas de frutas e sucos com verduras. Essas estratégias visaram estimular o consumo de FLV sem desconsiderar a situação socioeconômica, cultural, escolaridade e viabilidade. Lições e Recomendações: Observou-se que, apesar de constituírem estratégias simples, foram importantes para ampliar as escolhas alimentares e torná-las mais saudáveis. Entretanto, torna-se necessário a associação com ações intersetoriais que contribuam para maior acesso às FLV.</p>
Título	ESTUDO DO POTENCIAL NUTRITIVO DE FRUTAS DA AMAZÔNIA
EMAIL	phblima@oi.com.br
Área Temática	Consumo, Nutrição e Saúde
Autores	SANDRO RODRIGUES DOS SANTOS FILHO, VALÉRIA SALDANHA BEZERRA, FÁBIO FERREIRA DE AGUIAR, EDNEI ASSUNÇÃO ANTUNES COELHO, WHELLISSON DA SILVA DIAS
Resumo do pôster	<p>Introdução: A biodiversidade da Amazônia oferece um amplo leque de possibilidades de usos de seus recursos naturais. O aproveitamento alimentar, farmacêutico e cosmético de sua flora está aliado agora à mais nova possibilidade de utilização - como fonte de biocombustível. Muitas espécies vegetais amazônicas possuem significativo potencial oleífero, sendo muitas vezes explorado em pequena escala para uso das comunidades. A atual demanda por alternativas energéticas recicláveis vindas da agricultura, também denominada agroenergéticas, em substituição à fonte esgotável de petróleo levou ao estudo de espécies regionais que possuam algum potencial oleífero. A grande maioria destas espécies é utilizada pelas comunidades como fonte alimentar, sendo componente da dieta alimentar da família, coletadas através de práticas extrativistas, e geralmente sendo a única fonte de proteína e vitaminas. A Embrapa Amapá ao levantar as espécies regionais do estuário amazônico de potencial oleífero, observou que muitas destas espécies não foram estudadas quanto às suas características nutricionais alimentares. Focando na produção de óleo, as seguintes espécies foram selecionadas para estudo: tucumã, inajá, murumuru, uxi, piquiá e urucuri. Para a produção de biocombustível, todo o fruto é esmagado para retirada do óleo, resultando numa torta residual que ainda possui um teor considerável de nutrientes e pode ser reutilizada tanto para a alimentação humana quanto animal. Assim, estas espécies podem ter tanto a função de produção de energia através da extração de seu óleo, assim como uma importante fonte alimentar. Objetivos: Realizar estudos da composição e potencial nutritivos de frutos amazônicos que possam contribuir para o enriquecimento da dieta de sua população. Métodos: Coleta de frutos em todo território do Amapá e estuário amazônico, e realização de análise de avaliação das características nutricionais, principalmente teor de proteínas. Resultados e Discussão: Em relação ao teor protéico, o murumuru apresentou 8% de proteína em seu fruto inteiro, enquanto que somente na polpa de urucuri e inajá foram encontrados 7,8% e 7%, respectivamente. Polpas de polpa piquiá (5,3%) e uxi (3,53%), apresentaram valores mais reduzidos, enquanto que na torta de tucumã, após extração do óleo, apresentou valor de 7,5% de proteína. As fruteiras apresentaram significativo potencial nutritivo, em escalas diferenciadas, e podem contribuir sobremaneira na complementação da dieta da população amazônica, tanto na forma in natura como ingrediente em receitas. Lições e recomendações: As fruteiras amazônicas podem ser utilizadas como fonte protéica nas dietas regionalizadas, e devem ser estudadas novas formas de uso mais elaboradas, para aumentar sua participação na alimentação da população amazônica e diminuir a dependência de alimentos industrializados vindos de outras regiões, que necessitam de uma logística de distribuição e armazenamento muito sofisticada para as condições locais.</p>
Título	EXPOSIÇÃO À TELEVISÃO E HÁBITOS ALIMENTARES DE ESTUDANTES DE ESCOLA PÚBLICA E PRIVADA
EMAIL	gifiates@ccs.ufsc.br
Área Temática	Consumo, Nutrição e Saúde
Autores	GIOVANNA MEDEIROS RATAICHESCK FIATES, MARILYN GOLNÇALVES FERREIRA KUNTZ, AMANDA BAGOLIN DO NASCIMENTO
Resumo do pôster	<p>Introdução: Estudos indicam que Brasil, comerciais sobre alimentos ricos em gordura e açúcar são os mais freqüentemente veiculados na TV. Como as propagandas têm o poder de efetivamente, promover o consumo dos produtos anunciados é importante identificar se o hábito de assistir TV está promovendo a adoção de práticas dietéticas não saudáveis entre crianças. Objetivo: O presente trabalho foi conduzido com o objetivo de caracterizar a exposição diária à televisão em estudantes de escola pública e privada, investigando uma possível relação com o consumo de frutas, verduras e guloseimas. Metodologia: após aprovação por Comitê de Ética e obtenção de autorização por escrito dos pais, um questionário semi-estruturado foi preenchido por 127 estudantes com idades entre 7 e 10 anos de idade, em uma escola pública e uma privada. Os dados obtidos foram comparados entre os tipos de escola através do Qui-quadrado (&#967;2) de Pearson e o nível de significância foi estabelecido em p<0,05. Resultados e discussão: Os estudantes (n=127) tinham em média 8,67 ± 1,06 anos, 49% eram de escola pública e 46% eram do sexo masculino. Apenas um estudante referiu não ter TV em casa. A maioria (76% na escola pública e 75% na particular) referiu não ter horários definidos para assistir TV (p = 0,956). Mais estudantes de escola pública (44%) do que da privada (28%) referiram sempre fazer as refeições com a TV ligada (p<0,05). Os estudantes foram classificados em espectadores moderados quando assistiam TV em menos de quatro ocasiões / dia (n=72) e em espectadores freqüentes quando assistiam em quatro ou mais ocasiões / dia (n=55). Um número significativamente maior de estudantes de escola pública (65%) foi classificado como espectador freqüente de TV (p<0,05). Menos da metade (42%) dos espectadores freqüentes referiu consumir frutas diariamente, e apenas 27% deles referiu o consumo diário de verduras. Neste grupo o consumo diário de guloseimas foi significativamente maior (p <0,05), indicando uma possível influência da TV sobre os hábitos alimentares. A literatura cita que os padrões alimentares de crianças cujas famílias consideram a televisão uma parte normal de suas rotinas alimentares podem incluir menos frutas e vegetais. Lições e recomendações: Os hábitos identificados na população estudada indicam a necessidade de desenvolver estratégias educacionais que abordem as consequências do uso excessivo de televisão no ambiente doméstico e formas de evitar este hábito, promovendo a adoção de hábitos e comportamentos mais saudáveis. Estudos conduzidos em outros países direcionados à redução das horas de TV por crianças e suas famílias relatam a redução no consumo de alimentos ricos em gordura, aumento da ingestão de frutas e vegetais, aumento do nível de atividade física e redução da prevalência de obesidade nos grupos que sofreram intervenções.</p>
Título	FEIRAS LIVRES: ESPAÇO PRIVILEGIADO PARA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL
EMAIL	luciara@unochapeco.edu.br
Área Temática	Consumo, Nutrição e Saúde