

## O PAPEL DO BETA-CAROTENO NA PREVENÇÃO DO CÂNCER DE PELE

Elisabete de Souza Araújo<sup>1</sup>; Anne Claire Giannini Vieira<sup>2</sup>; Alessandra Rodrigues Gonçalves<sup>3</sup>; Larissa Evelyn Ferreira Basto<sup>4</sup>; Fernanda Futino Gondo<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Aluna de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB elisabetearaujonutri@gmail.com;

<sup>2</sup>Aluna de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB anneclaireeiza@hotmail.com;

<sup>3</sup>Aluna de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB Aleessandra1@gmail.com;

<sup>4</sup>Aluna de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB larissabasto@bauru.sp.gov.br;

<sup>5</sup>Professora do curso de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB – fernandagondo@gmail.com

**Grupo de trabalho:** NUTRIÇÃO

**Palavras-chave:** câncer de pele, beta-caroteno, carotenoides, prevenção câncer

**Introdução:** O melanoma é um câncer de pele causado pelo crescimento desordenado dos melanócitos e a incidência de casos da doença está aumentando rapidamente em todo o mundo, sendo o quinto tipo de câncer mais comum em homens e o sexto mais comum em mulheres. Este fato está relacionado com a exposição intermitente da população à luz ultravioleta (UV) que eleva significativamente o risco à doença (AHMED *et al.*, 2020). A dieta, por sua vez, tem sido considerada de grande potencial mutagênico e carcinogênico, mas também pode ser uma boa fonte de compostos naturais protetores contra o câncer. Diante disso, estudos apontam que um pigmento natural chamado betacaroteno presente especialmente em frutas de cor amarelo-laranja e em vegetais folhosos de cor verde-escura pode ser um aliado ao combate ao melanoma, pois tem ação antioxidante, tornando a pele mais saudável e menos suscetível a riscos (BATISTA, 2020).

**Objetivos:** Analisar a relação entre o betacaroteno e o câncer de pele, explorando os efeitos potenciais do nutriente na prevenção dessa doença.

**Relevância do Estudo:** O estudo das propriedades do betacaroteno é de enorme importância, pois ele é considerado um dos mais poderosos antioxidantes, conhecido por sua grande capacidade de renovação celular e pesquisas sinalizam que esse pigmento pode ser eficaz na prevenção do câncer de pele, um dos problemas mais frequentes no Brasil que representa cerca de 30% de todos os tumores malignos registrados no país (HOSPITAL DE CÂNCER DE PERNAMBUCO, 2019).

**Materiais e métodos:** Foi realizada busca de artigos originais e de revisão nas bases de dados SCIELO e PubMed. Para isso foram selecionados artigos do período de 2019 à 2023 nos idiomas português e inglês, que tratavam do tema proposto e utilizado para buscas as seguintes palavras chave: câncer de pele, betacaroteno, carotenoides, prevenção câncer.

**Resultados e discussões:** O betacaroteno tem despertado interesse considerável na área da pesquisa devido à sua relação com o câncer de pele. Pesquisas apontam que esse pigmento pode desempenhar um papel na prevenção do melanoma, uma vez que ele pode converter-se em vitamina A, contribuindo na regulação do crescimento celular e manutenção da integridade da célula, promovendo uma renovação celular adequada. Além disso exibe propriedades antioxidantes capazes de neutralizar radicais livres provenientes dos raios solares e reduzir o estresse oxidativo, dessa forma ajudando a minimizar os danos causados pelos raios UV, prevenindo assim o surgimento de lesões pré-cancerígenas e tumores malignos (ROWLES III, *et al.*, 2020). Para uma alimentação rica em betacaroteno vegetais de folhas verdes escuras como couve, brócolis, chicória e vegetais de pigmento alaranjado como acerola, cenoura e abóbora devem estar sempre presentes na dieta pois podem fornecer quantidade significativa desse nutriente (TASSI *et al.*, 2023)

**Conclusão:** Com base nas evidências disponíveis, é possível concluir que o beta caroteno desempenha um papel importante na proteção contra o câncer de pele. Sendo assim, além das medidas de proteção solar, o consumo adequado de frutas e vegetais ricos em B-caroteno parece relevante na prevenção da doença na população.

## Referências

- AHMED, B.; et al. Malignant melanoma: skin câncer – diagnosis, prevention and treatment. **Critical Reviews™ in Eukaryotic Gene Expression**, v. 30, n. 4, 2020. Disponível em: <https://www.dl.begellhouse.com/journals/6dbf508d3b17c437,7b107f23667462f0,6971f7cb0e03a2e5.html>. Acesso em: 17 mai. 2023.
- BATISTA, F.C. *et al.* Alimentos com ação fotoprotetora: possível prevenção no câncer de pele? **Brazilian Journal of Natural Sciences**, [S. l.], v. 3, n. 1, p. 268, 2020. Disponível em: <https://www.bjns.com.br/index.php/BJNS/article/view/87>. Acesso em: 21 out. 2023.
- HOSPITAL DE CÂNCER DE PERNAMBUCO (Pernambuco). Onde há sol, deve haver proteção: previna-se Do câncer de pele. 2019. Disponível em: <http://hcp.org.br/dezembrolaranja/>. Acesso em: 03 set. 2023.
- ROWLES III, J.L.; ERDMAN JR, John W. Carotenoids and their role in câncer prevention. **Biochimica et Biophysica Acta (BBA)-Molecular and Cell Biology of Lipids**, v. 1865, n. 11, pág. 158613, 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31935448/>. Acesso em: 17 mai. 2023.
- TASSI, E. et al. Fontes alimentares de luteína e seus efeitos na saúde humana: Luteína nos alimentos. **Nutrivisa Revista de Nutrição e Vigilância em Saúde**, v. 1, pág. E10015-e10015, 2023. Disponível em: <https://revistas.uece.br/index.php/nutrivisa/article/view/10015>. Acesso em: 27 set. 2023.

## O IMPACTO DE SISTEMAS AGROECOLÓGICOS NO AMBIENTE E NA SAÚDE HUMANA

Anne Claire Giannini Vieira<sup>1</sup>; Melissa Porfiro da Silveira<sup>2</sup>; Débora Tarcinalli Souza<sup>3</sup>.

<sup>1</sup>Aluna de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB – clairegianniniv@hotmail.com

<sup>2</sup>Aluna de Agroecologia – UFSCAR – CCA – Mpsilveira@estudante.ufscar.br;

<sup>3</sup>Professora do curso de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB – nutricao@fibbauru.br.

**Grupo de trabalho:** NUTRIÇÃO

**Palavras-chave:** sistema alimentar sustentável, alimentação, agrotóxico

**Introdução:** Um estudo que avalia a conexão entre a saúde coletiva e a agroecologia sendo promotores de saúde, por meio de sistemas alimentares sustentáveis e saudáveis referem que Friedmann e McMichael citam dois regimes alimentares na evolução do sistema agroalimentar, sendo um que vai de 1870 a 1930, predominando a “*divisão de trabalho entre regiões coloniais exportadoras de commodities alimentares e matérias primas*”; e o outro que iniciou após a Segunda Guerra Mundial, onde a agricultura foi transformada pelo capitalismo industrial, cuja a indústria processadora se tornou o núcleo do sistema alimentar (PAULA; BEZERRA; PAULA, 2022). Atualmente a agroecologia vem restaurar as capacidades produtivas dos agricultores de pequena escala, suprimindo pragas e ervas daninhas e melhorando a fertilidade do solo de maneira ecológica. Ao produzir colheitas estáveis com baixos insumos externos, fazendas biodiversas geram renda e diversidade alimentar, conseqüentemente consumir alimentos nutritivos à base de plantas provenientes de fazendas orgânicas locais agroecológicas pode fortalecer o sistema imunológico das pessoas e garantir uma alimentação livre de químicos que prejudicam a saúde (ALTIERI *et al.*, 2020).

**Objetivo:** mostrar como os sistemas agroecológicos, podem interferir no ambiente e na saúde humana

**Relevância do Estudo:** A agroecologia é uma abordagem agrícola promissora, priorizando práticas sustentáveis e nutritivas. Seu estudo revela alimentos mais saudáveis, livres de agrotóxicos, e fortalece a biodiversidade. Com impacto ambiental (IA) reduzido, valoriza a agricultura familiar e a segurança alimentar (CANDIOTTO *et al.*, 2020). Essa pesquisa é vital para embasar políticas e promover um futuro mais saudável e sustentável.

**Materiais e métodos:** trabalho de revisão de literatura, no qual, buscou-se artigos nas bases de dados SCIELO e PubMed e em sites, sendo selecionados artigos do período de 2019 à 2022 nos idiomas português e inglês, que tratavam do tema proposto e utilizado para buscar as seguintes palavras chave: sistema alimentar sustentável, alimentação, agrotóxico.

**Resultados e discussões:** No Brasil, a utilização e a comercialização dos agrotóxicos vem aumentando, de acordo com a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa), o mercado brasileiro de agrotóxicos cresceu 190%, sendo que o mercado mundial, cresceu 93%; destacam ainda que o Brasil já assumiu o 1º lugar mundial de vendas de agrotóxicos (GOMES *et al.*, 2021). Spadotto e Gomes (2021) ainda ressaltam que anualmente no mundo utilizam-se aproximadamente 2,5 milhões de toneladas de agrotóxicos, sendo que esse consumo anual no Brasil tem sido superior a 300 mil toneladas. Esse dado é preocupante, pois os agrotóxicos são muito agressivos para os seres vivos e podem contaminar o solo, o ar, lagos, riachos e lençol freático (GOMES *et al.*, 2021). Geralmente eles, podem ser usados como “*desfolhante, dessecante, estimulante e inibidor de crescimento*”, porém, com a água das chuvas, esses insumos podem penetrar na terra de forma mais profunda, poluindo o sistema de água subterrâneo, além disso, o solo perde nutrientes e microrganismos que auxiliam na fixação de nitrogênio (PEREIRA; COSTA; LIMA, 2019). Deve-se enfatizar que não se ingere os agrotóxicos apenas na alimentação, mas também na

contaminação indireta, na qual, uma revisão reuniu os principais malefícios causados pelo contato com os agrotóxicos, sendo que na intoxicação aguda, que ocorre com os trabalhadores rurais (contato direto), pode causar náusea, vômito e problemas neurológicos, já na intoxicação crônica, que atinge mais a população, geralmente acontece a longo prazo, podendo causar alterações genéticas, imunológicas e endócrinas, juntamente com um risco elevado de câncer. Na gestação, ainda podem causar anomalias congênitas e distúrbios no desenvolvimento do feto (GOMES *et al*, 2021). Esses efeitos adversos, destacam a importância da regulação e monitoramento rigoroso dos agrotóxicos e o incentivo a práticas agrícolas mais seguras e sustentáveis, porém, propostas de alteração na lei, como o Projeto de Lei 6299/2002, visam facilitar a entrada desses produtos nocivos, sendo consideradas inconstitucionais, pois negligenciam o dever do Estado de proteger o bem-estar social e a vida humana (OLIVEIRA, 2018). É importante reforçar que a contaminação ambiental coloca em risco a saúde do indivíduo pelo uso indevido do agrotóxico, no qual, seus efeitos recaem sobre a saúde da população. Ou seja, o IA altera o meio ambiente e os indivíduos, podendo ser considerado “*um desequilíbrio provocado pelo homem em relação ao seu convívio com o meio ambiente durante a evolução humana*”. Enquanto o homem só retirar e não devolver a mãe natureza, seu modo de vida irá sofrer com o IA.

**Conclusão:** conclui-se que do ponto de vista da educação ambiental e alimentar, é imprescindível o consumo de alimentos com o mínimo de agrotóxicos possíveis, pois, além de ter qualidade superior para a saúde humana, contribuem para a saúde do planeta. Desse modo, mudar a consciência ambiental das pessoas é importante para melhorar a qualidade de vida e para que se tenha uma sociedade mais justa.

#### **Referências:**

- ALTIERI, M. A.; NICHOLLS, C. I. Agroecology and the emergence of a post COVID-19 agriculture. **Agricultural and Human Values**, v. 37, p. 525–526, 2020. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10460-020-10043-7> Acesso em: 25 jul. 2023.
- CANDIOTTO, L. Z. P. Agroecologia: Conceitos, princípios e sua multidimensionalidade. AMBIENTES: **Revista de Geografia e Ecologia Política**, v. 2, n. 2, p. 25-75, 2020. Disponível em: <https://saber.unioeste.br/index.php/ambientes/article/download/26583/16640>. Acesso em: 18 out. 2023
- GOMES, D. C. L. et al. Agrotóxicos e a saúde humana: uma revisão bibliográfica. **Revista Higei@-Revista Científica de Saúde**, v. 3, n. 6, p. 1-10, 2021. Disponível em: <https://periodicosunimes.unimesvirtual.com.br/index.php/higeia/article/view/1315>. Acesso em: 18 out. 2023.
- OLIVEIRA, M.A.P. de. A nova Lei do Agrotóxico: uma análise acerca das consequências em relação a vida e ao meio ambiente. **Conteúdo Jurídico**, 2018. Disponível em: <https://www.conteudojuridico.com.br/consulta/artigos/52016/a-nova-lei-do-agrotoxico-uma-analise-acerca-das-consequencias-em-relacao-a-vida-e-ao-meio-ambiente>. Acesso em: 18 out. 2023.
- PAULA, N. F. DE; BEZERRA, I. E.; PAULA, N. M. Saúde coletiva e agroecologia: necessárias conexões para materializar sistemas alimentares sustentáveis e saudáveis. **Saúde em Debate**. v. 46, n. 2, p. 262-276, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/sdeb/2022.v46nspe2/262-276/#> Acesso 24 out. 2023.
- PEREIRA, R. A.; COSTA, C. M. L.; LIMA, E. M. O impacto dos agrotóxicos sobre a saúde humana e o meio ambiente. **Revista Extensão**, v. 3, n. 1, p. 29-37, 2019. Disponível em: <https://revista.unitins.br/index.php/extensao/article/download/1684/1122>. Acesso em: 18 out. 2023.
- SPADOTTO, C. A.; GOMES, M. A. F. Agrotóxicos no Brasil, agricultura e meio ambiente - **EMBRAPA**, Brasília, 2021. Disponível em: <<https://www.embrapa.br/agencia-de-informacao-tecnologica/tematicas/agricultura-e-meio-ambiente/qualidade/dinamica/agrotoxicos-no-brasil>>. Acesso em: 25 jul. 2023.

## CUIDADOS NUTRICIONAIS PARA O DESENVOLVIMENTO SAUDÁVEL DE BEBÊS PREMATUROS

Larissa Evelyn Ferreira Basto<sup>1</sup>; Anne Claire Giannini Vieira<sup>2</sup>; Alessandra Rodrigues Gonçalves<sup>3</sup>; Débora Tarcinalli Souza<sup>4</sup>

<sup>1</sup> Aluna de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB larissabasto@bauru.sp.gov.br;

<sup>2</sup> Aluna de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB anneclaireeiza@hotmail.com;

<sup>3</sup> Aluna de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB Aleessandra1@gmail.com;

<sup>4</sup> Professora do curso de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB – nutricao@fibbauru.br

**Grupo de trabalho:** NUTRIÇÃO

**Palavras-chave:** bebês prematuros, nutrição de prematuros, nutrição materno infantil.

**Introdução:** “*O trabalho de parto prematuro (TPP) é uma síndrome que acontece entre 22 a 37 semanas de gestação*”, representa 75% do percentual de morbidade neonatal. Existem diversas causas que levam a um bebê nascer prematuramente, como fatores obstétricos e demográficos, fatores associados ao aparelho genital feminino, alterações placentárias e a exacerbação de líquido amniótico (SANTANA *et al.*, 2022). Deste modo, para que o prematuro possa se aproximar das taxas de crescimento recomendadas e evitar quaisquer tipos de complicações, é necessário um suporte nutricional adequado. A nutrição deve ser iniciada o mais cedo possível, principalmente para os bebês extremamente prematuros e de extremo baixo peso. Práticas nutricionais com indicações de fórmulas, suplementos, soluções nutritivas para serem usadas por via intravenosa e a introdução da alimentação enteral cada vez mais cedo são bastante comentadas (DAMASCENO *et al.*, 2014).

**Objetivos:** apresentar as recomendações nutricionais adequadas para o crescimento e desenvolvimento de bebês prematuros, bem como os métodos de alimentação mais recomendados.

**Relevância do Estudo:** O estudo de cuidados nutricionais para bebês prematuros é essencial para garantir qualidade de vida e um desenvolvimento adequado para essas crianças, desse modo, entender sobre o assunto é de extrema importância para profissionais de saúde, pois uma vez capacitados eles podem fazer diferença significativa na saúde desses pacientes.

**Materiais e métodos:** realizado um trabalho de revisão da literatura baseado na contextualização do tema “*cuidados nutricionais para o desenvolvimento saudável de bebês prematuros*” nas bases de dados: SCIELO e PubMed. Para isso foram utilizados os descritores: recém-nascido prematuro, nutrição do lactente e terapia nutricional. Foram escolhidos trabalhos publicados de maior relevância com o objetivo proposto.

**Resultados e discussões:** Para nutrir um bebê prematuro em quantidade e qualidade adequadas, deve-se respeitar a idade gestacional ao nascer, permitindo um crescimento apropriado, compondo a base do tratamento desde o nascimento. Porém, as recomendações nutricionais na Unidade de Terapia Intensiva (UTI) neonatal e no acompanhamento ambulatorial abordados na literatura ainda são controversas e heterogêneas (LOPEZ *et al.*, 2017). Amoris e Nascimento (2020) citam que os métodos alternativos de alimentação para os prematuros mais utilizados são a sonda nasogástrica, sonda orogástrica e o uso do copinho, sendo que este último permite uma alimentação fácil e segura, até que o bebê possa sugar. Medeiros (2022) mencionam que “*o tipo de alimentação pode variar entre o leite materno da própria mãe que é o mais recomendado, a leite humano pasteurizado e fórmula láctea específica*”, tudo dependerá da idade

gestacional, peso do prematuro e características fisiológicas digestivas, recomendando calcular cuidadosamente a oferta dos alimentos administrados. Sendo assim, deve se dar atenção aos macronutrientes, entre eles as proteínas que são essenciais para o crescimento dos bebês prematuros, pois promovem a síntese proteica e economizam a proteína endógena, aos carboidratos, especialmente a glicose, que fornecem energia importante, enquanto os lipídios desempenham um papel fundamental no desenvolvimento cerebral. Já as vitaminas e minerais também são essenciais para o crescimento adequado dos bebês prematuros (LOPEZ *et al.*, 2017). Quanto a ingestão energética Medeiros (2022) recomenda para bebês prematuros variam de 110 a 135 Kcal/ Kg/dia peso se for terapia nutricional enteral e para parenteral de 90 a 110 kcal/ Kg/dia. A ingestão hídrica também precisa ser levada em consideração, de acordo com Moreira (BRASIL, 2017), sendo recomendado de 160 a 200 ml/Kg/dia, quando o prematuro estiver em dieta enteral completa, entretanto, quando ele começar a sugar, o ideal é ofertar o que ele aceitar. Principalmente porque bebês pequenos para a idade gestacional, podem mamar mais do que isso, nesses casos, sobretudo quando é ofertado o leite materno, podendo usar 200 ml/ Kg. Outro estudo sugere que no primeiro ano de vida as necessidades básicas podem variar, sendo que as necessidades energéticas podem ser de 120-130 cal/kg/dia, as hídricas de 150-200 ml/kg/dia, e as proteicas de 2,5-3,5 g/kg/dia (LOPEZ *et al.*, 2017).

**Conclusão:** Conclui-se que os cuidados especiais e específicos, incluindo uma nutrição adequada, são essenciais para garantir o desenvolvimento ideal dos bebês prematuros. É importante reforçar que a ingestão de nutrientes associado aos parâmetros antropométricos, e as morbidades pode favorecer o crescimento e desenvolvimento de forma adequada promovendo um ganho de peso de forma saudável. Ressalta-se ainda que a conscientização e a capacitação dos profissionais são fundamentais para fornecer o melhor atendimento e obter melhores resultados para esses bebês vulneráveis.

#### Referências

AMORIS, E. V. DO N.; NASCIMENTO, E. N. Food transition in premature newborn children: interfering factors. **Revista CEFAC**, v. 22, n. 5, p. 3-9, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rcefac/a/p36WJyTtbmmpzFwpm3RYGVp/?lang=pt#> Acesso 23 out. 2023.

BRASIL. **Atenção ao recém-nascido**. Reportagem de dezembro de 2017. Disponível em: <https://portaldeboaspraticas.iff.fiocruz.br/atencao-recem-nascido/principais-questoes-sobre-a-nutricao-do-recem-nascido-pre-termo/> Acesso 23 out. 2023.

DAMASCENO, J. R. *et al.* Nutrição em recém-nascidos prematuros e de baixo peso: uma revisão integrativa. **Revista da Sociedade Brasileira de Enfermagem Pediátrica**. v. 14, n. 1, p. 40-46, 2014. Disponível em: <https://repositorio.ufma.br/jspui/bitstream/123456789/930/1/Nutrition%20in%20premature%20and%20low%20birth%20weight%20newborns.pdf> Acesso em: 04/06/2023

LOPEZ, D. B. **Evolução nutricional de lactentes nascidos prematuros, acompanhados durante o primeiro ano de vida, no ambulatório de seguimento de um hospital de referência do Rio de Janeiro**. 2017, 98 p. Dissertação (Mestrado em Saúde Pública e Meio Ambiente) - Escola Nacional de Saúde Pública Sergio Arouca, na Fundação Oswaldo Cruz, 2017. Disponível em: <<https://www.arca.fiocruz.br/handle/icict/24064>> Acesso em: 04/06/2023

MEDEIROS, C. Y.T. dos S. L. B. de. **Avaliação da qualidade da terapia nutricional e evolução clínica de prematuros em uti neonatal**. 2022, 75 p. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharel em Nutrição) - Universidade Federal de Campina Grande, 2022. Disponível em: <http://dspace.sti.ufcg.edu.br:8080/xmlui/handle/riufcg/24581> Acesso 23 out. 2023.

SANTANA, Y. S. *et al.* Assistência de enfermagem à gestante em trabalho de parto prematuro. **PSCR**, v. 02, n. 04, 2022, p. 19-33. Disponível em: <https://app.periodikos.com.br/journal/revistaphd/article/625da014a953953370296a23> Acesso 23 out. 2023

## A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL NAS ESCOLAS COMO INSTRUMENTO DE COMBATE A OBESIDADE

Maria Vitória Capossi de Melo<sup>1</sup>; Anny Beatriz Correa<sup>2</sup>; Tayná Ribeiro da Silva<sup>3</sup>; Gabrielly Cristine da Rosa<sup>4</sup>; Eliriane Jamas Pereira<sup>5</sup>

Aluna de Nutrição<sup>1</sup> – Faculdades Integradas de Bauru – FIB – mavifamily2013@gmail.com

Aluna de Nutrição<sup>2</sup> – Faculdades Integradas de Bauru – FIB – annycorrea@gmail.com

Aluna de Nutrição<sup>3</sup> – Faculdades Integradas de Bauru – FIB – tay.ribeiro96@gmail.com

Aluna de Nutrição<sup>4</sup> – Faculdades Inte1gradadas de Bauru – FIB – gabriellyrosa2002@gmail.com

Professora do curso de Nutrição<sup>5</sup> – Faculdades Integradas de Bauru – FIB – eliriane@gmail.com;

### Grupo de trabalho: NUTRIÇÃO

**Palavras-chave:** educação alimentar e nutricional, escolas, obesidade, educação nutricional para crianças, educação nutricional nas escolas.

**Introdução:** A Educação Alimentar e Nutricional é um instrumento de promoção da saúde através da construção de bons hábitos alimentares, assim, aprofundar debates nessa área voltada para crianças e adolescentes, poderá propiciar melhores condições de entendimento das relações entre alimentação, nutrição e saúde. (CARVALHO, 2020). O atual consenso sobre as problemáticas decorrentes do crescimento da incidência de sobrepeso e obesidade infantil no mundo, em função dos seus “riscos” e “prejuízos” para a saúde, determina a proposição de ações e estratégias diversificadas para a sua prevenção e cuidado. O consumo alimentar “inadequado” e o “nível insuficiente de atividade física” são as principais causas apontadas para o aumento da ocorrência de doenças crônicas não transmissíveis, em especial a obesidade (VERTHEIN; AMPARO-SANTOS, 2021).

**Objetivos:** Analisar a importância da educação alimentar e nutricional no ambiente escolar como forma de promoção de saúde, bem como verificar sua importância no combate a obesidade infantil.

**Relevância do Estudo:** A obesidade e o consumo de alimentos ultraprocessados por crianças tem crescido muito nos últimos anos, assim a educação alimentar no ambiente escolar tem se mostrado importante, pois nessa fase são incorporados muitos hábitos, que geralmente, se mantêm por toda a vida.

**Materiais e métodos:** Trabalho de revisão de literatura, sendo a pesquisa realizada em bases de dados e em ferramentas para pesquisa, eficazes na busca e recuperação de informação para trabalhos de revisão. Foram utilizados materiais atualizados e mais relevantes sobre o assunto datados de 2019 até o ano de 2021.

**Resultados e discussões:** A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) é uma importante ferramenta de prevenção e controle da Obesidade Infantil, e a Escola é entendida como local ideal para implementação das metodologias pedagógicas a serem trabalhadas. (SILVA *et al.*, 2020). Apesar dos estudantes apresentarem certo conhecimento sobre alimentação saudável, observou-se que eles ainda não aplicam este conhecimento na prática. Esse fato pode ser decorrente de diversos fatores, um deles seria a praticidade de uma alimentação mais processada, hábitos alimentares das famílias ou o não acesso a alimentos saudáveis em casa. Isso mostra a importância da implantação de práticas de educação nutricional, que devem estar vinculadas com produção de informações, que sirvam como subsídio para tomada de decisões dos indivíduos, no que tange uma alimentação saudável. (SANTOS *et al.*, 2019). Os estudos sobre EAN demonstram que é um método viável e barato para prevenir doenças e melhorar a saúde e a qualidade da vida dos indivíduos, no entanto,

difícilmente, atividades isoladas farão surgir algum efeito na prevenção da obesidade infantil. A EAN deve ser uma estratégia intersetorial, transdisciplinar de prática contínua e permanente. (CASTRO *et al.*, 2021).

**Conclusão:** A educação alimentar nas escolas, se torna fundamental, pois auxilia pais e filhos para uma boa alimentação no presente e a longo prazo, evitando diversas patologias. O trabalho de EAN feito em conjunto (escola e família) proporciona melhores resultados, pois sabe-se que os pais são os principais estímulos para uma alimentação mais saudável não só para as crianças, mas também para os adolescentes

**Referências:**

- CARVALHO, M.T. *et al.* Educação nutricional no âmbito escolar: revisão da literatura. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 10, p. e897-910, 2020. Disponível em: <<https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/9272>>. Acesso em: 12 set. 2023.
- CASTRO, M.A.V. *et al.* Educação alimentar e nutricional no combate à obesidade infantil: visões do Brasil e do mundo. **Revista da Associação Brasileira de Nutrição-RASBRAN**, v. 12, n. 2, p. 167-183, 2021. Disponível em: <<https://rasbran.emnuvens.com.br/rasbran/article/view/1891>> Acesso em: 02 out 2023.
- SANTOS, P.S. *et al.* Educação Alimentar e Nutricional sob uma ótica da promoção de práticas alimentares saudáveis com adolescentes: um relato de experiência. **Revista de saúde coletiva da UEFS**, 2019. Disponível em: <<https://periodicos.uefs.br/index.php/saudecoletiva/article/view/3510>>. Acesso em: 12 set. 2023.
- SILVA, W.G. *et al.* Estratégias de educação nutricional na prevenção e controle da obesidade infantil. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, vol. 50, p. e3376, 18 jun. 2020. Disponível em: <<https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/3376>>. Acesso em: 12 set. 2023.
- VERTHEIN, U.P.; AMPARO-SANTOS, L. A noção de cultura alimentar em ações de educação alimentar e nutricional em escolas brasileiras: uma análise crítica. **Ciencia & Saude Coletiva**, v. 26, n° 3, p. 4849-4858, 2021. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/csc/a/QT7HPp8hdNyQ7hXfpTFYmxB/?lang=pt>>. Acesso em: 12 set. 2023.

## ACONSELHAMENTO ALIMENTAR PARA CRIANÇAS EM AMBIENTE ESCOLAR

Alessandra Rodrigues Gonçalves<sup>1</sup>; Anne Claire Giannini Vieira<sup>2</sup>; Elisabete de Souza Araújo<sup>3</sup>; Larissa Evelyn Ferreira Basto<sup>4</sup>; Eliriane Jamas Pereira<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Aluna de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB [Aleessandra1@gmail.com](mailto:Aleessandra1@gmail.com);

<sup>2</sup>Aluna de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB [anneclaireeiza@hotmail.com](mailto:anneclaireeiza@hotmail.com);

<sup>3</sup>Aluna de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB [elisabetearaؤونutri@gmail.com](mailto:elisabetearaؤونutri@gmail.com);

<sup>4</sup>Aluna de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB [larissabasto@bauru.sp.gov.br](mailto:larissabasto@bauru.sp.gov.br);

<sup>5</sup>Professora do curso de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB – [eliriane@gmail.com](mailto:eliriane@gmail.com)

### Grupo de trabalho: NUTRIÇÃO

**Palavras-chave:** Alimentação para Crianças, Alimentação Saudável, desenvolvimento Infantil, PNAE, alimentação escolar

**Introdução:** A obesidade infantil é um problema global que afeta a saúde e o desenvolvimento das crianças (OMS, 2022). A alimentação saudável desde a infância é fundamental para prevenir essa condição, pois alguns estudos demonstram que crianças consomem em excesso alimentos ricos em calorias, gordura e açúcar (VORÁČOVÁ et al., 2015). Assim a família desempenha um papel importante na formação de hábitos alimentares, e a motivação, incluindo a autorregulação e a auto eficácia, influenciam as escolhas alimentares das crianças. É essencial considerar esses fatores ao desenvolver estratégias para promover uma alimentação saudável na infância que é duplamente benéfica, pois de um lado facilita o desenvolvimento intelectual e adequado da criança, por outro previne doenças e patologias relacionadas com uma alimentação inadequada.

**Objetivos:** Destacar a importância de promover uma alimentação saudável desde a infância para prevenir a obesidade e seus riscos associados, destacando a influência da família e dos fatores motivacionais, como autorregulação e autoeficácia, nos padrões alimentares das crianças.

**Relevância do Estudo:** O nutricionista é responsável pela elaboração de cardápios, orientações, acompanhamento do preparo e compra dos produtos a serem ofertados na alimentação escolar. Isso acontece, pois o aconselhamento alimentar é fundamental na saúde infantil, contribuindo com a qualidade de vida, suprimindo as necessidades nutricionais dos alunos durante sua permanência na escola, apresentando a ele alimentos variados, melhorando o desempenho acadêmico e impactando positivamente o desenvolvimento e bem-estar geral das crianças (PREFEITURA MUNICIPAL DE BAURU, 2023).

**Materiais e métodos:** Foi realizada busca de artigos originais e de revisão nas bases de dados SCIELO e PubMed. Para isso foram selecionados artigos do período de 2015 à 2023 nos idiomas português e inglês, que tratavam do tema proposto e utilizado para buscas as seguintes palavras chave: Aconselhamento Alimentar para Crianças, Alimentação Saudável, desenvolvimento Infantil.

**Resultados e discussões:** Um estudo realizado em algumas escolas públicas coletou dados sobre o comportamento alimentar de crianças entre o 5º e 6º ano através de questionários sobre seus hábitos alimentares e prática de atividades físicas. Os resultados apontaram a importância da intervenção nutricional no ambiente escolar, visto que o contato com legumes e verduras teve relação com a diminuição do consumo de refrigerante e alimentos gordurosos, além do aumento do conhecimento e interesse sobre outros tipos de alimentos saudáveis, gerando melhores hábitos e qualidade de vida para os alunos, e evidenciando a importância do consumo desses alimentos serem incentivados em suas casas com exemplo familiar, pois o estudo destaca que quanto maior a percepção da

criança em relação a sua motivação e capacidade, maior a adoção de comportamentos saudáveis além da alimentação, desse modo, prevenindo a obesidade e suas complicações, já que ter bons hábitos durante a infância aumenta as chances de que se perpetuem em outras faixas etárias (PAULO, 2023). Um outro estudo realizou uma análise das condições de alimentação e nutrição em escolas públicas de Macaé, RJ, com foco na Promoção da Alimentação Adequada e Saudável (PAAS). A equipe identificou oito pontos críticos nessas escolas, agrupados em cinco temas relacionados à PAAS. E então estabeleceram objetivos para ações que promovem uma alimentação adequada e saudável, com ênfase em incentivo, apoio e proteção, destacando a importância da parceria entre a academia e a comunidade, para abordar questões alimentares e nutricionais. Os diagnósticos locais concretos proporcionaram reflexão e ação, contribuindo para a transformação social e o desenvolvimento do município (LOURENÇO et al., 2021).

**Conclusão:** Conclui-se a necessidade de ter nutricionista na intervenção da alimentação e no comportamento alimentar de crianças em escolas, bem como o reforço desses hábitos em ambiente familiar, afim de prevenir o sobrepeso e a obesidade e evitar os riscos associados a esta doença. Os benefícios da alimentação saudável para as crianças são inúmeros, o hábito alimentar saudável promove o crescimento e desenvolvimentos apropriado à cada fase do desenvolvimento infantil.

#### Referências:

- LOURENÇO, A. E. P. et al. Diagnóstico para planejar ações de promoção da alimentação saudável na escola. **Cadernos do Desenvolvimento Fluminense**, n. 20, p. 177-192, 2021. Acesso em: 20 out. 2023. Disponível em: <https://www.epublicacoes.uerj.br/index.php/cdf/article/download/61414/39374>.
- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Dia mundial da obesidade 2022: acelerar a ação para acabar com a obesidade**. Disponível em: <https://www.who.int/teams/nutrition-and-food-safety/overview>. Acesso em: 2 out. 2023.
- PAULO, J.D. **O papel das variáveis motivacionais na alimentação de crianças: um estudo transversal**. 29f. Dissertação (Mestrado em Temas da Psicologia da Educação) – Escola de Psicologia, Universidade do Minho, Braga. Disponível em: <https://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/86262/1/Jaqueline%20Dias%20de%20Paulo.pdf>. Acesso em: 2 out. 2023.
- PREFEITURA MUNICIPAL DE BAURU. **Merenda Escolar**. 2023. Acesso em: 2 out. 2023. Disponível em: [https://www2.bauru.sp.gov.br/educacao/alimentacao\\_escolar.aspx](https://www2.bauru.sp.gov.br/educacao/alimentacao_escolar.aspx). Acesso em: 02. Out. 2023.
- VORÁČOVÁ, J. et al. Mudanças nos comportamentos alimentares entre crianças e adolescentes checos de 2002 a 2014 (estudo HBSC). **International Journal of environmental research and public health**, v. 12, n. 12, pág. 15888-15899, 2015. Disponível em: <https://www.mdpi.com/1660-4601/12/12/15028>. Acesso em: 02. Out. 2023.

---

## ACONSELHAMENTO ALIMENTAR PARA CRIANÇAS COMO FERRAMENTA DE PREVENÇÃO DE DCNT

Livia Ferreira Kawashima<sup>1</sup>; Ana Elis Ficho<sup>2</sup>; Eliriane Jamas Pereira<sup>3</sup>;

<sup>1</sup>Aluna de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB – liviafk2022@gmail.com;

<sup>2</sup>Aluna de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB – anaelisficho27@gmail.com

<sup>3</sup>Professora do curso de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB - eliriane@gmail.com

**Grupo de trabalho:** NUTRIÇÃO

**Palavras-chave:** Nutrição infantil, prática alimentar, hábito alimentar, infância.

**Introdução:** O consumo de alimentos inadequados na infância é reconhecido como determinantes no crescimento e no desenvolvimento da criança e na promoção da saúde e prevenção de doenças na vida adulta. O aumento do consumo de alimentos ultraprocessados é uma das principais causas da atual pandemia de obesidade e de agravos não transmissíveis, pois esses produtos são mais calóricos, apresentam maior quantidade de açúcar livre, sódio, gorduras totais e gorduras saturadas e menor teor de proteínas e fibras, quando comparados aos alimentos in natura ou minimamente processados (LOUZADA *et al*, 2015). Os padrões alimentares são observados na diminuição no consumo de frutas, legumes e fibras e aumento no consumo de alimentos processados ricos em açúcar, gordura saturada e sódio, trazem complicações no aumento da prevalência de sobrepeso/obesidade e hipertensão arterial sistêmica (NUNES, *et al*, 2017).

**Objetivo:** O presente trabalho tem como objetivo desenvolver intervenções, através da assistência à saúde infantil, que visem a evitar consumos inadequados e promover hábitos alimentares saudáveis.

**Relevância do Estudo:** Mostrar aos pais e cuidadores a importância da introdução alimentar correta e os métodos possíveis dessa introdução.

**Materiais e métodos:** Foi realizado o estudo de revisão bibliográfica com levantamento dos artigos dos anos de 2013 a 2023, nas principais bases de dados científicas: Scientific Electronic Library Online (SciELO), Google acadêmico e Science Direct.

**Resultados e discussões:** A formação dos hábitos alimentares na infância é de extrema importância, pois os alimentos ultraprocessados, com alto valor energético e de baixo valor nutricional, quando são introduzidos na infância, podem levar a padrões não saudáveis ao longo da vida, aumentando o risco de doenças crônicas como obesidade, diabetes e doenças cardíacas (LOPES *et al*, 2020; GOMES, *et al*, 2022). É crucial que as crianças recebam orientação nutricional apropriada, com os pais e cuidadores desempenhando um papel fundamental. Oferecer uma variedade de alimentos saudáveis, como frutas, vegetais, grãos integrais e proteínas magras, enquanto limitamos alimentos processados e açúcares adicionados, é essencial (RELVAS, *et al*, 2018). Além disso, é importante promover hábitos alimentares saudáveis através do exemplo, com os adultos demonstrando escolhas equilibradas e envolvendo as crianças na seleção e preparo das refeições. O aconselhamento nutricional deve seguir os princípios de uma alimentação equilibrada, incluindo o consumo adequado de frutas, vegetais, grãos integrais, proteínas magras e gorduras saudáveis, e incentivando o consumo de água, ao mesmo tempo que limita alimentos altamente processados ricos em açúcares, gorduras saturadas e sódio (JAIME *et al*, 2016).

**Conclusão:** Conclui-se que investir na educação nutricional das crianças é essencial para promover hábitos alimentares saudáveis desde cedo e prevenir a ocorrência de doenças crônicas no futuro. Essa abordagem pode ter um impacto significativo na qualidade de vida e bem-estar ao longo da vida das crianças.

### Referências Bibliográficas

- BARCELOS, G. T. Produtos processados e ultraprocessados e ingestão de nutrientes em crianças. **Revista Ciência & Saúde**, Porto Alegre, vol. 7, n°4, p. 155-161, 2014. Disponível em: <https://revistaseletronicas.pucrs.br/index.php/faenfi/article/view/19755>. Acesso: 03. Out. 2023.
- JAIME, P. C. et al. Assistência em saúde e alimentação não saudável em crianças menores de dois anos: dados da Pesquisa Nacional de Saúde, Brasil, 2013. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, Recife, vol. 16, n°2, p.149-157, 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbsmi/a/hVpGHJXWrgxc6FH3TxTCsyK/abstract/?lang=pt#>. Acesso: 03. Out. 2023.
- LOPES, W.C. et al. Consumo de alimentos ultraprocessados por crianças menores de 24 meses de idade e fatores associados. **Revista Paulista de Pediatria**, vol. 38, p.277-284, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rpp/a/kFndBzThszpPyXRYvtFBzJc/?lang=pt&format=pdf>. Acesso: 03. Out. 2023.
- LOUZADA, M,L, et al. Ultra-processed foods and the nutritional dietary profile in Brazil. **Revista de Saude Publica**, vol. 49, p.1-11, 2015. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S0034-8910.2015049006132>. Acesso em: 03. Out. 2023.
- NUNES, L. M. et al. Efeito de intervenção no cumprimento das recomendações alimentares no primeiro ano de vida: ensaio clínico randomizado com mães adolescentes e avós maternas. **Caderno de Saúde Pública**, Rio Grande do Sul, jul., vol. 33, n° 6, 2017. Disponível em: <https://www.scielosp.org/pdf/csp/2017.v33n6/e00205615/pt>. Acesso em: 03. Out. 2023.
- POLOMBO, C. N. T. et al. Capacitação em aconselhamento nutricional: avaliação de conhecimento e aplicabilidade na atenção à saúde da criança. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, Recife, vol. 18, n° 1, p. 67-74, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbsmi/a/69mVpbs6N5csBwQ3LQFSgJn/?lang=pt#>. Acesso em: 03. Out. 2023.
- RELVAS, G. R. B. et al. Consumo de alimentos ultraprocessados entre crianças com menos de um ano na atenção primária à saúde em uma cidade da região metropolitana de São Paulo, Brasil. **Jornal de Pediatria**, São Paulo, vol. 95, n° 5, p. 584-592, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jped/a/cP3sDZqnHQNPTqLKwnr8NPF/abstract/?lang=pt#>. Acesso em: 03. Out. 2023.

## CONFLITO DE INTERESSES NA FORMAÇÃO E PRÁTICA DE NUTRICIONISTAS

Victor Ken Nagano<sup>1</sup>; Anne Claire Giannini Vieira<sup>2</sup>; Alessandra Rodrigues Gonçalves<sup>3</sup>; Larissa Evelyn Ferreira Basto<sup>4</sup>; Eliriane Jamas Pereira<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Aluno de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB victornagano1@gmail.com;

<sup>2</sup>Aluna de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB clairegianniniv@hotmail.com;

<sup>3</sup>Aluna de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB Aleessandra1@gmail.com;

<sup>4</sup>Aluna de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB larissabasto@bauru.sp.gov.br;

<sup>5</sup>Professora do curso de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB – eliriane@gmail.com

### Grupo de trabalho: NUTRIÇÃO

**Palavras-chave:** Conflito ético, nutrição, indústria de alimentos, prática clínica

**Introdução:** A indústria de alimentos moderna, produz alimentos ultraprocessados altamente lucrativos que são promovidos globalmente com estratégias de publicidade, e seu consumo tem contribuído para a prevalência crescente de obesidade e doenças crônicas (IBGE,2015).

Algumas empresas mitificam o valor nutricional desses produtos, influenciando profissionais de saúde e estudantes de nutrição a promove-los como saudáveis. Várias vezes, essa propaganda é feita através da internet, onde atinge um número significativo de pessoas (JESUS; CASTRO, 2017). Essa ação tem incomodado não apenas instituições formadoras, como também outras Instituições governamentais, entretanto embora seja uma preocupação central, essa relação entre profissionais de saúde e indústrias de alimentos é ainda pouco explorada na formação em nutrição (PEREIRA et al., 2016).

**Objetivos:** o presente trabalho tem por objetivo explorar a influência das indústrias de alimentos na formação e atuação do Nutricionista e compreender a importância da elaboração de políticas públicas.

**Relevância do Estudo:** É necessário investigar essa influência devido à importância dos nutricionistas como formadores de opinião sobre alimentação e saúde, bem como para garantir que suas decisões sejam autônomas e independentes, priorizando a saúde da população em vez de interesses privados. Além disso, o estudo aborda a influência das indústrias em Políticas de alimentação e nutrição, destacando a necessidade de transparência e ética nessas parcerias.

**Materiais e métodos:** Foi realizada busca de artigos originais e de revisão na base de dados SCIELO. Para isso foram selecionados artigos do período de 2013 à 2020 nos idiomas português e Inglês, que tratavam do tema proposto e utilizado para buscar as seguintes palavras chave: Conflito de interesses, Formação do nutricionista, indústria de alimentos.

**Resultados e discussões:** As indústrias de alimentos buscam influenciar nutricionistas e estudantes de Nutrição em diversos espaços, incluindo eventos científicos, onde tendem a citar pesquisas favoráveis aos seus produtos. Desse modo, prejudicam a independência profissional e a saúde pública em geral, ressaltando a necessidade de transparência, regulamentação e educação ética para lidar com esses conflitos de interesse (PEREIRA et al., 2016). Em consultórios, muitas empresas enviam brindes aos nutricionistas e estudos indicam que aceita-los pode comprometer a imparcialidade e o julgamento dos profissionais. Apesar disso, muitos não questionam a influência das indústrias (SIMON, 2014). Diante disso, é possível observar a influência que uma pessoa da área da saúde, com foco na nutrição, tem sobre os seus seguidores. Sendo assim, a necessidade de regulamentações torna-se prioridade para que não prejudique os estudantes e profissionais

da nutrição. Como exemplo, a indústria oferece ao nutricionista que promova seu produto, com uma embalagem que atrai o cliente e estimula sua escolha. Nessa embalagem estará o rótulo, que fornecerá as informações sobre produto. Esse rótulo deverá cumprir a lei de regulamentação de seu país e deverá responder por questões legais para não fazerem concorrência desleal, criar rótulos falsos ou enganosos para consumidores (KOTLER; KELLER, 2018). Para a boa prática esteja presente na formação do profissional, as instituições de ensino superior precisam aderir aos padrões e princípios éticos pertinentes à área da saúde. Além disso, é de extrema importância que docentes e profissionais incentivem a discussão crítica e a ética em relação às práticas das indústrias (CAMPOS, 2020).

**Conclusão:** É necessário realizar mais pesquisas sobre o tema, abrangendo desde a formação até a atuação dos nutricionistas, em diferentes contextos, para desenvolver estratégias apropriadas em cada situação. Isso é fundamental para garantir que os futuros nutricionistas recebam informações confiáveis e independentes de Interesses comerciais, permitindo-lhes promover escolhas alimentares adequadas e saudáveis, considerando a complexidade da alimentação humana, que vai além das necessidades biológicas e é influenciada pela cultura e sociedade circundante.

#### Referências:

- CAMPOS, R. H. F. A pesquisa em ciências humanas, ciências sociais e educação: questões éticas suscitadas pela regulamentação brasileira. **Educação e Pesquisa**, v. 46, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1678-4634202046217224>. Acesso em: 21 out. 2023.
- INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Pesquisa Nacional de Saúde 2013: **Ciclos de Vida Brasil e Grandes Regiões**. Rio de Janeiro: IBGE; 2015. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/estatisticas/sociais/saude/29540-2013-pesquisa-nacional-de-saude.html>. Acesso em: 3 set. 2023.
- JESUS, J. A. A.; CASTRO, M. R. P. O guia alimentar para a população brasileira no discurso de uma transnacional de bebidas açucaradas na internet. **Programa de Iniciação Científica-PIC/UniCEUB-Relatórios de Pesquisa**, v. 3, n. 1, 2017. Disponível em: <https://www.uhumanas.uniceub.br/pic/article/viewFile/5861/4123>. Acesso em: 3 set. 2023.
- KOTLER, P.; KELLER, K.L. Administração em marketing. 15. ed. -- São Paulo: Pearson Education do Brasil, 2018. 14. Ed. São Paulo: Person, 201. Disponível em: [https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/7519481/mod\\_resource/content/0/Administrac%CC%A7a%CC%83o%20de%20Marketing%2015%20AA%20Edic%CC%A7a%CC%83o\\_compressed.pdf](https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/7519481/mod_resource/content/0/Administrac%CC%A7a%CC%83o%20de%20Marketing%2015%20AA%20Edic%CC%A7a%CC%83o_compressed.pdf). Acesso em: 20 out. 2023.
- PEREIRA, T. N. et al. Conflito de interesses na formação e prática do nutricionista: regulamentar é preciso. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 3833-3844, n. 21, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-812320152112.13012015>. Acesso em: 3 set. 2023.
- SIMON, M. **School Food Lobby Flip-flops on healthy school lunches**. EatDrinkPolitics: countering industry harm to improve public healthy. Disponível em: <https://www.eatdrinkpolitics.com/tag/lets-move/>. Acesso em: 3 set. 2023.

## PRESENÇA DE ANTIOXIDANTES EM GELEIAS PRINCIPALMENTE DE MANGA

Maria Fernanda Souza da Silva<sup>1</sup>; Debora Tarcinalli Souza<sup>2</sup>;

<sup>1</sup>Aluna do Bacharelado em Química– Universidade Tecnológica Federal do Paraná– UTFPR – mariasilva.2021@alunos.utfpr.edu.br

<sup>2</sup>Professora do curso de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB – [nutricao@fibbauru.br](mailto:nutricao@fibbauru.br)

**Grupo de trabalho:** NUTRIÇÃO

**Palavras-chave:** Antioxidantes; Geleias; Manga

**Introdução:** Para Morais *et al* (2021) diversas frutas *in natura* são desperdiçadas por não estarem sensorialmente adequadas, mesmo estando em boas condições de consumo. Valadares e Landau (2020) citam que a manga (*Mangifera indica* L) é uma das frutas mais consumidas no mundo, sendo muito usada na indústria de processamento, possui sabor agradável, diversas vitaminas, sais minerais e açúcares, sendo muito atraente para o mercado de polpas. É proveniente da Índia e foi introduzida no Brasil no século XVI. Vale informar que para transformar frutas em outros produtos, deve-se utilizar técnicas adequadas, para reduzir o desperdício (MORAIS *et al.*, 2021). Deste modo, o aproveitamento de frutas na elaboração de geleias pode ampliar o consumo, especialmente das frutas que não estão em ótima qualidade sensorial. Ainda é sabido, que um dos principais causadores de deterioração em alimentos são os microrganismos, sendo assim, o processo de oxidação, constitui um fator que restringe a vida útil dos produtos alimentares, diminuindo sua qualidade, onde, o escurecimento de frutas é desencadeado por meio da oxidação enzimática de compostos fenólicos catalisada por polifenoloxidasas (PPOs). Sendo assim, alguns agentes oxidantes de natureza sintética são atualmente empregados na indústria alimentícia devido à sua notável estabilidade em diversas variedades de alimentos, custos mais acessíveis e a ausência de impactos significativos nas características de sabor dos produtos. No entanto, pesquisas têm mostrado riscos à saúde associados ao consumo desses antioxidantes artificiais, pois são altamente carcinogênicos quando ingeridos em quantidades elevadas, em função dessas constatações, estudos estão sendo feitos para buscar alternativas aos antioxidantes sintéticos, dando preferência pelos naturais, como a vitamina E (tocoferóis), o ácido ascórbico, ácido cítrico e os carotenoides, que já tem sido utilizados na indústria (FERNANDES, 2019).

**Objetivos:** apresentar informações sobre geleias e antioxidantes naturais e sua utilização pela indústria de alimentos, principalmente em geleias de manga.

**Relevância do Estudo:** observa-se que muitos conservantes podem trazer prejuízos à saúde, mediante a esta situação, é importante esclarecer que alguns antioxidantes podem ser utilizados como conservante, sem trazer danos à saúde dos indivíduos.

**Materiais e métodos:** trabalho de revisão de literatura, sendo a pesquisa realizada em bases de dados como SciELO e em ferramentas para pesquisa como Google Acadêmico. Foram utilizados materiais relacionados a geleias, antioxidantes, indústria alimentícia datados de 2009 a 2021, com inclusão dos estudos em português e inglês. Ressalta-se que as referências anteriores a 2013 tiveram grande relevância para o trabalho.

**Resultados e discussões:** As frutas são fontes de vitaminas e compostos bioativos, destacando os carotenoides e compostos fenólicos, que possuem capacidade antioxidante (MORAIS *et al.*, 2021). Tiveron (2010) complementa que “os compostos fenólicos são produtos do metabolismo secundário das plantas e se destacam principalmente pelo seu poder antioxidante” e que essa atividade, está associada a alguns nutrientes como as vitaminas A, C e E, carotenoides, flavonoides, compostos fenólicos e ácido úrico, sendo assim, extratos de frutas, vegetais, cereais e ervas podem ser capazes de retardar a degradação lipídica, tendo grande relevância na indústria alimentícia, como aditivos naturais. Destaca-se que a manga é uma fruta com boa aceitação devido suas características, composição exótica e nutricional, possui um bom percentual energético e contém importantes fontes de vitaminas. Além disso, sua polpa é muito utilizada para fabricação de doces, geleias, néctares, sucos, sorvetes, entre outros (FREITAS *et al.*, 2018). Fernandes (2019) ressalta que a indústria de alimentos utiliza antioxidantes de origem sintética, os quais devem ser submetidos a avaliações que confirmaram sua segurança, desde que seu consumo esteja dentro dos limites estabelecidos pelas regulamentações, sendo que as específicas internacionais, são o BHA, o BHT e o TBHQ. Cita ainda que os antioxidantes

apresentam graus diversificados de eficiência na proteção de sistemas alimentares, no qual, as combinações podem fornecer maior proteção em relação à adição de um único composto, ou seja, os antioxidantes mistos podem ter ação sinérgica, sendo um exemplo, o uso do ácido ascórbico em conjunto com compostos fenólicos, esta combinação pode interromper a reação em cadeia da oxidação de lipídeos. Para finalizar um estudo avaliou a qualidade de geleias formuladas com níveis de 0 %, 25 %, 50 %, 75 % e 100 % de cascas em substituição à polpa de manga (Haden). Foram avaliados os teores de “*umidade, cinzas, proteínas, lipídios, carboidratos totais, açúcares totais, açúcares redutores, sacarose, vitamina C, fibra insolúvel, pectina, acidez titulável e sólidos solúveis nas polpas e cascas das mangas e nos diferentes tratamentos*”. Foi verificado que na formulação com as cascas, os teores foram significativamente maiores de proteínas, fibras insolúveis e sacarose com menor valor energético, menor acidez titulável, menor quantidade de carboidratos totais e açúcares totais quando comparados a polpa. Os tratamentos foram semelhantes em relação ao teor de sólidos solúveis e vitamina C. Conforme aumentava os níveis de cascas verificou-se aumento do teor de cinzas, fibras insolúveis e sacarose e redução dos açúcares redutores, concluindo que a substituição parcial ou total de polpa por cascas de manga melhora o valor nutricional e funcional das geleias apesar da diminuição do valor calórico, com benefícios econômicos e ambientais (DAMIANI *et al.*, 2009).

**Conclusão:** a crescente preocupação com relação à saúde e a busca por alimentos mais naturais tem levado os consumidores a rejeitar a utilização de antioxidantes sintéticos, devido à preocupação com os efeitos potencialmente desconhecidos que podem causar ao organismo. Portanto, surge a necessidade imperativa de substituir os atuais antioxidantes sintéticos por alternativas naturais, provenientes de frutas, vegetais e verduras.

#### **Referências:**

- DAMIANI, C. et al. Avaliação química de geleias de manga formuladas com diferentes níveis de cascas em substituição à polpa. **Ciência e Agrotecnologia**, v. 33, n. 1, p. 177–184, jan. 2009. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cagro/a/HbFncX9pLGvzwCCNDbpvBwB/#> Acesso 07 out. 2023.
- FERNANDES, L. A. **Antioxidantes naturais para aplicação em alimentos**, 2019. 54 p. (Trabalho de Conclusão de Curso de Engenharia de Alimentos) Universidade Federal de Uberlândia - Campus de Patos de Minas, 2019. Disponível em: <https://repositorio.ufu.br/bitstream/123456789/28519/1/AntioxidantesNaturaisPara.pdf> Acesso em: 07 out. 2023.
- FREITAS, R. F. Q. de *et al.* Avaliação sensorial e microbiológica na produção de geleia tipo extra de manga com cravo-da-índia. **IV Encontro Nacional da Agroindústria**, p. 1-8, 2018. Disponível em: <file:///C:/Users/Deb/Downloads/galao-proceedings--IV%20ENAG--98118.pdf> Acesso 09 out. 2023.
- MORAIS, J. L. de *et al.* Caracterização das propriedades tecnológicas, físico-químicas e sensoriais de geleias de frutas tropicais. **Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento**, [S. l.], v. 10, p. 1-11, 2021. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/18597>. Acesso em: 07 out. 2023.
- TIVERON, A. P. Atividade antioxidante e composição fenólica de legumes e verduras consumidos no Brasil. 2010, 103 p. (Dissertação Mestrado em Ciência e Tecnologia de Alimentos) Escola Superior de Agricultura Luiz de Queiroz - Universidade de São Paulo, 2010. Disponível em: <https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/11/11141/tde-20102010-101541/pt-br.php> Acesso 07 out. 2023.
- VALADARES, G. M.; LANDAU, E. C. Evolução da produção de manga (*Mangifera indica*, *Anacardiaceae*). **Dinâmica da produção agropecuária e da paisagem natural no Brasil nas últimas décadas**. Cap. 31, p. 1012 – 1036, 2020. Disponível em: <https://www.alice.cnptia.embrapa.br/alice/bitstream/doc/1122687/1/Cap31-EvolucaoProducaoManga.pdf> Acesso 10 out. 2023.

---

## AMINOÁCIDOS DE CADEIA RAMIFICADA NO TRATAMENTO DE DOENÇAS HEPÁTICAS

Arthur Henrique Ticianeli Agostinho<sup>1</sup>; Débora Tarcinalli de Souza<sup>2</sup>; Fernanda Futino Gondo<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Aluno de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB – arthurticianeli@hotmail.com;

<sup>2</sup>Professora do curso de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – deboratarcinalli@hotmail.com;

<sup>3</sup>Professora do curso de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – fernandagondo@gmail.com

### Grupo de trabalho: NUTRIÇÃO

**Palavras-chave:** Cirrose Hepática; BCAA; AACR; Aminoácidos de cadeia ramificada; Doença Hepática.

**Introdução:** A doença hepática é uma condição que pode ser herdada geneticamente ou causada por fatores que danificam o fígado. Provoca alterações no estado nutricional e no metabolismo de nutrientes, principalmente em relação aos aminoácidos. Elevação na concentração de aminoácidos aromáticos pode contribuir para a encefalopatia hepática, complicação frequente da cirrose hepática. A suplementação oral com aminoácidos de cadeia ramificada (AACR) parece auxiliar tanto nas transformações metabólicas quanto melhorar a desnutrição associada à doença (SANTANA; SALOMON, 2014). Com base nessas informações seria adequado investigar mais detalhadamente os possíveis efeitos destes aminoácidos na doença hepática.

**Objetivos:** Reunir dados da literatura em estudo de revisão que tratem dos efeitos dos aminoácidos de cadeia ramificada na doença hepática.

**Relevância do Estudo:** Muito se tem comentado sobre os possíveis efeitos da ingestão dos aminoácidos de cadeia ramificada no estado nutricional de portadores de doença hepática. Sabe-se que esta condição pode causar graves implicações clínicas e assim piorar o prognóstico destes pacientes. Torna-se relevante compreender os possíveis mecanismos associados ao consumo de AACR nesta população.

**Materiais e métodos:** Realizado busca de artigos originais e de revisão de literatura nas principais bases de dados científicas (PubMed e Scielo) nos últimos dez anos, nos idiomas português e inglês, utilizando os seguintes descritores: Cirrose Hepática, BCAA, AACR, Aminoácidos de cadeia ramificada, Doença Hepática.

**Resultados e discussões:** Os aminoácidos de cadeia ramificada, leucina, isoleucina e valina, estão entre os nove aminoácidos essenciais para os seres humanos, cuja administração tem sido direcionada para o tratamento de doenças hepáticas avançadas (TAJIRI; SHIMIZU, 2013). A concentração de aminoácidos de cadeia ramificada no plasma e no músculo esquelético parece ser reduzida em doenças como a cirrose. Os AACR demonstraram ser úteis como suplemento nutricional para o tratamento dessa doença. Vários ensaios clínicos relataram a eficácia dos AACR para o estado geral, complicações como a encefalopatia hepática (EH) e alterações do estado nutricional (ISMAIEL *et al.*, 2022). A sarcopenia é uma outra condição definida como uma redução da massa muscular relacionada à idade e que pode estar associada a uma condição de base, como em pacientes com doença hepática crônica, considerada uma das principais causas de desnutrição nesta população. O prognóstico geral em pacientes com cirrose é afetado pela sarcopenia devido a outras complicações relacionadas, como encefalopatia hepática, ascite e hipertensão portal (ISMAIEL *et al.*, 2022). As diretrizes Aspen e Espen recomendam o uso de AACR para melhorar a função hepática. Em alguns países, as fórmulas parenterais com aminoácidos de cadeia ramificada, fórmulas enterais com AACR ou suplementos orais com

estes aminoácidos são comercialmente disponíveis para pacientes cirróticos (ARAÚJO *et al.*, 2015). A relação entre a ingestão de nutrientes e EH remete às raízes históricas da hepatologia experimental. Em 1956, Müting descreveu o padrão de aminoácidos em pacientes com cirrose. O padrão plasmático anormal tem sido caracterizado pela relação entre aminoácidos de cadeia ramificada e aminoácidos aromáticos no plasma. Essa relação tem sido associada ao grau de EH. Pacientes cirróticos parecem se beneficiar do uso de AACR para facilitar uma adequada ingestão proteica, além de contribuir para a sobrevivência de pacientes severamente desnutridos e o estado mental de encefalopatas (BISCHOFF *et al.*, 2020). Portanto, espera-se que a suplementação de AACR possa ser considerada uma opção terapêutica eficaz no tratamento de patologias relacionadas ao fígado (ISMAIEL *et al.*, 2022).

**Conclusão:** Os aminoácidos de cadeia ramificada têm sido muito utilizados no tratamento de pacientes com cirrose hepática ou outras doenças hepáticas, e têm apontado efeitos positivos sobre o metabolismo de alguns macronutrientes, refletindo no estado nutricional deles. A maioria dos estudos sugere que o uso de aminoácidos de cadeia ramificada (AACR) no tratamento desses pacientes pode melhorar distúrbios nutricionais e metabólicos associados com a doença hepática.

#### Referências:

ARAÚJO, S.V.S. *et al.* Suplementação com Aminoácidos de Cadeia Ramificada na Cirrose Hepática: uma Revisão. **Uniciências**, Piau, v.19, n.1, p.38-44, fev. 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rn/a/wfbNKJKNW43NjDn3bXgRdvB/abstract/?lang=pt#>. Acesso em: 20 fev. 2022.

BISCHOFF, S. C. *et al.* ESPEN Guideline on Clinical Nutrition in Liver Disease. **Clinical Nutrition**, v. 38, n. 2, p. 485-521, abr. 2019. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6686849/>. Acesso em: 28 fev. 2022.

ISMAIEL A. *et al.* Effects of Branched-Chain Amino Acids on Parameters Evaluating Sarcopenia in Liver Cirrhosis: Systematic Review and Meta-Analysis. **Frontiers in Nutrition**. São Paulo, v. 9, n. 749969, p. 1-13, jan. 2022. Disponível em: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fnut.2022.749969/full>. Acesso em: 20 fev. 2022.

SANTANA, J.C.; SALOMON, A. L. R. Suplementação com aminoácidos de cadeia ramificada e estado clínico-nutricional de pacientes cirróticos: série de casos. **Comunicação em Ciências da Saúde**, Brasília, v. 24, n. 3, p. 281-288, fev. 2014. Disponível em: [https://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/artigos/ccs/suplementacao\\_aminoacidos\\_cadeia\\_ramificada.pdf](https://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/artigos/ccs/suplementacao_aminoacidos_cadeia_ramificada.pdf). Acesso em: 14 fev. 2022.

TAJIRI, K.; SHIMIZU, Y. Branched-chain amino acids in liver diseases. **World Journal of Gastroenterology**, EUA, v. 19, n. 43, p. 7620–7629, fev. 2022. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3837260/>. Acesso em: 21 fev. 2022.

---

## A IMPORTÂNCIA DA NUTRIÇÃO NA PREVENÇÃO DO DIABETES TIPO 2

Barbara Ros de Santiago<sup>1</sup>; Fabiane Valentini Francisqueti Ferron<sup>2</sup>.

<sup>1</sup>Aluna de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB – santiagobarbara20@gmail.com;

<sup>2</sup>Professora do curso de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB-  
fabiane.ferron@fibbauru.br

**Grupo de trabalho:** NUTRIÇÃO

**Palavras-chave:** Diabetes Mellitus; Hábitos Saudáveis; Alimentos, Dieta e Nutrição; Dietoterapia.

**Introdução:** O diabetes mellitus tipo 2 (DM2) é uma síndrome clínica resultante da falta de insulina e/ou da incapacidade e/ou falta do hormônio para exercer adequadamente seus efeitos, resultando em altas taxa de açúcar no sangue (hiperglicemia) de forma permanente (SECRETARIA DA SAÚDE DO ESTADO DO PARANÁ, 2023). O cuidado nutricional é importante na prevenção do DM2 e no retardo das complicações associadas, integrando um conjunto de autocuidado e educação em saúde. As mudanças dietéticas são consideradas um recurso para o controle glicêmico e redução do risco de doenças cardiovasculares (JUNQUEIRA, 2016).

**Objetivo:** Mostrar que hábitos alimentares saudáveis podem ajudar na prevenção do diabetes tipo 2.

**Relevância do Estudo:** Uma vez que a maioria dos atuais estudos são voltados para o tratamento da DM2, o presente estudo vem mostrar como a nutrição adequada tem relevância na prevenção da DM2.

**Materiais e métodos:** Trata-se de uma revisão de literatura narrativa que englobou artigos publicados nos últimos dez anos (2012-2023) em português e inglês, disponíveis nas seguintes bases de dados: Scielo (Scientific Electronic Library), Pubmed (U.S. National Library of Medicine National Institutes of Health), BVS (Biblioteca Virtual da Saúde) e na plataforma de buscas Google Acadêmico. As palavras-chave que direcionaram a busca foram: diabetes, prevenção, nutrição.

**Resultados e discussões:** O DM2 está associado à produção insuficiente de insulina pelo pâncreas ou ao uso ineficiente da insulina produzida. A resistência à insulina no músculo e no fígado e a disfunção das células beta são os principais déficits que ocorrem no DM2, que é fisiopatologicamente uma patologia complexa e multifatorial, pois envolve a interação de fatores genéticos e ambientais, principalmente nutrição inadequada, sedentarismo, envelhecimento e origem étnica (ROMANCIUC, 2017). Nas últimas décadas, homens e mulheres em todo o mundo ganharam peso, principalmente devido a mudanças nos hábitos alimentares e redução dos níveis de atividade física. O excesso de adiposidade, refletido em um índice de massa corporal (IMC) mais alto ou em circunferência abdominal elevada, é o fator de risco mais forte para diabetes (LEY *et al.*, 2014). A ingestão dietética desempenha um papel importante no combate à resistência à insulina e na prevenção e controle da hiperglicemia. Estudos epidemiológicos revelaram que hábitos alimentares ricos em alimentos fontes de fibras (como vegetais, frutas, grãos integrais, sementes e nozes) e em fontes de carne branca, como aves e peixes, podem ter efeitos protetores contra a incidência de DM2, assim como padrões alimentares saudáveis, incluindo o mediterrâneo e a DASH (Dietary Approach to Stop Hypertension). No entanto, dietas ricas em carne processada e vermelha, grãos refinados e a adesão a uma dieta ocidental estão associados a um maior risco de diabetes (MAGHSOUDI; AZABBAKHT, 2012). Um exemplo de como a

alimentação pode influenciar no sistema metabólico são as dietas ricas em fibras insolúveis. Frutas e vegetais são ricos em celulose, um tipo de fibra insolúvel. A inclusão de fibras na dieta pode também auxiliar no controle do diabetes. A fibra solúvel retarda a absorção de glicose no intestino delgado, potencialmente evitando picos nos níveis de glicose no sangue após refeições ou lanches (ASIF, 2014).

**Conclusão:** A alimentação saudável é uma ferramenta fundamental na prevenção da Diabetes Mellitus tipo 2, auxiliando na redução do risco de desenvolvimento da doença e na promoção da saúde metabólica. O conhecimento e a conscientização sobre a importância dos hábitos alimentares adequados devem ser disseminados entre a população, a fim de combater a epidemia crescente de DM2 e suas complicações.

#### Referências:

- ASIF, M. The prevention and control the type-2 diabetes by changing lifestyle and dietary pattern. **J Educ Health Promot.**, v. 3, n.1, p.1-8, 2014. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3977406/>. Acesso em: 18 ago. 2023.
- JUNQUEIRA, L. **Importância da orientação nutricional para indivíduos com glicemia alterada ou diagnóstico de Diabetes Mellitus**. 2016. 18p. Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização em Saúde da Família)- Universidade Aberta do SUS, Rio de Janeiro, 2016. Disponível em: <https://ares.unasus.gov.br/acervo/html/ARES/7995/1/Luisa%20Borges%20Junqueira.pdf>. Acesso em: 08 maio.2023.
- LEY, S. H. *et al.* Prevention and Management of Type 2 Diabetes: Dietary Components and Nutritional Strategies. **Lancet**, v. 383, n. 9933, p. 1999–2007, 2014. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4751088/#:~:text=Diets%20rich%20in%20whole%20grains,lipids%20in%20patients%20with%20diabetes>. Acesso em: 25 ago. 2023.
- MAGHSOUDI, Z.; AZADBAKHT, L. How dietary patterns could have a role in prevention, progression, or management of diabetes mellitus? Review on the current evidence. **J Res Med Sci.**, v. 17, n. 7, p. 694-709, 2012. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3685790/>. Acesso em: 25 ago. 2023.
- ROMANCIUC, M. **Diabetes Mellitus Tipo 2 como Doença Inflamatória: anatomia, fisiopatologia e terapêutica**, 2017. Disponível em: Diabetes Mellitus Tipo 2 como Doença Inflamatória: anatomia, fisiopatologia e terapêutica (ualg.pt). Acesso em: 09 jun. 2023.
- SECRETARIA DA SAÚDE DO ESTADO DO PARANÁ. **Diabetes (diabetes mellitus)**. 2023. Disponível em: [https://www.saude.pr.gov.br/Pagina/Diabetes-diabetes-mellitus#:~:text=O%20que%20%C3%A9%3F,\(%20hiperglicemia\)%20de%20forma%20permanente](https://www.saude.pr.gov.br/Pagina/Diabetes-diabetes-mellitus#:~:text=O%20que%20%C3%A9%3F,(%20hiperglicemia)%20de%20forma%20permanente). Acesso em: 21 mar. 2023.

## RECOMENDAÇÕES PROTEICAS PARA PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO E FISICULTURISTAS

Guilherme da Silva Quinelato<sup>1</sup>; Taís Baddo de Moura e Silva<sup>2</sup>; Debora Tarcinalli Souza<sup>3</sup>;

<sup>1</sup>Aluna de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB – gui.quine@gmail.com

<sup>2</sup>Professora do curso de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB – taísbaddonutri@gmail.com

<sup>3</sup>Professora do curso de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB – nutricao@fibbauru.br

**Grupo de trabalho:** NUTRIÇÃO

**Palavras-chave:** Hipertrofia muscular; Proteína; Dieta.

**Introdução:** Realizar exercícios físicos tem se mostrado uma boa estratégia para prevenir e reduzir doenças, pois o gasto calórico, o treinamento resistido com aparelhos ou peso do corpo contribui bastante para a queima de gordura corporal deste modo a musculação é uma atividade que pode melhorar o perfil glicêmico, lipídico, além melhorar a sensibilidade à insulina, controlar a pressão arterial e minimizar os riscos de doenças cardiovasculares, melhorando a qualidade de vida. (NASCIMENTO *et al.*, 2023). O movimento crescente no esporte e também o culto ao corpo leva as pessoas a acreditarem que precisam de fórmulas, produtos específicos que terão ação mágica na busca pelo corpo perfeito (MELO, 2016). De acordo com estudos a ingestão de proteína por parte de praticantes e de não praticantes de musculação apontam para o consumo de 1,2 a 1,7g/ kg/ dia. As necessidades de proteínas para atletas ainda são muito discutidas, sendo que as recomendações podem ser de 1,2g/ kg a 2g/kg/dia (MAHAN; RAYMOND, 2018). Enquanto isso, os fisiculturistas podem chegar a um consumo de aproximadamente 4,3g/ kg por dia de proteína (IRAKI *et al.*, 2019).

**Objetivos:** apresentar as recomendações proteicas para os diferentes públicos possibilitando bons resultados na hipertrofia sem comprometer a saúde.

**Relevância do Estudo:** verifica-se que atualmente a busca por um corpo musculoso vem sendo constante, deste modo, sabe-se que o treino e uma alimentação equilibrada, com uma oferta de proteína dentro das recomendações, favorece um resultado satisfatório, entretanto, pode-se observar na prática e em inúmeros estudos que os praticantes da musculação apresentam ingestão acima da recomendação podendo comprometer sua saúde ou não potencializando a hipertrofia. Diante da discussão torna-se importante este estudo, para informar as recomendações adequadas de proteína para atletas, desportistas e não praticantes de musculação.

**Materiais e métodos:** Trata-se de uma revisão de literatura com pesquisa utilizando as bases de dados do PubMed (U. S. National Library of Medicine National Institutes of Health), SciELO (Scientific Eletronic Library Online) e a ferramenta para pesquisa Google Acadêmico, utilizando-se as seguintes palavras chaves: proteína; hipertrofia muscular; nutrição. Foram incluídos estudos em português e inglês, publicados entre 2014 e 2023.

**Resultados e discussões:** Segundo Nascimento *et al.* (2023) nas últimas 5 décadas, o treinamento resistido evolui e se expandiu para a população, porém sua ascensão ocorreu a partir dos anos 1990. Ressalta-se que essa busca ao treino de força ocorreu também pelos benefícios que sua prática pode trazer, como: aumento da força, recuperação de lesões, melhorias na saúde cardiovascular como também da composição corporal. Sendo assim, a hipertrofia muscular é caracterizada pelo aumento no diâmetro da fibra muscular e esse aumento ocorre devido a biossíntese de novas estruturas envolvidas na contração muscular,

no qual, a musculação, contribui para este quadro, porém, a quantidade de fibras musculares não se altera significativamente durante grande parte da vida de uma pessoa (LIMA, 2021). Nos dias de hoje, o culto ao corpo, está relacionado com a imagem de poder, beleza e mobilidade social, que vem ganhando ênfase em função dos meios de comunicação. Uma das consequências dessa condição é o apelo e idolatria narcisista ao corpo, que se traduz socialmente e culturalmente, dessa maneira, o corpo ganha destaque social e reconhecimento simbólico (DIAS, 2022). Para se atingir os objetivos é necessário que os praticantes de atividade física tenham uma alimentação nutricionalmente adequada e equilibrada de acordo com as suas necessidades (MORAIS *et al.*, 2014). Para que ocorra esse aumento de massa magra em praticantes de musculação recomenda-se uma ingestão de 1,2 à 1,7 g/ Kg de proteína corporal, já para atletas recomenda-se uma ingestão de 2,2 à 3 g/ Kg corporal, necessitando-se do acompanhamento de um profissional da nutrição (HELMS *et al.*, 2014).

**Conclusão:** De acordo com pesquisa, pode-se concluir que cada grupo tem sua recomendação adequada de proteínas para se obter o corpo desejado, além disso, a prática de exercício físico colabora para a síntese de proteínas e o acompanhamento nutricional também ajuda nesse processo de se obter o corpo sonhado.

### Referências

- DIAS, A. M. B. **Influência da mídia, culto ao corpo e educação física**. 2022, 35 p. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) - Universidade Federal do Espírito Santo. 2022. Disponível em: [https://cefd.ufes.br/sites/cefd.ufes.br/files/field/anexo/alaini\\_miranda\\_bastos\\_dias\\_-\\_influencia\\_da\\_midia\\_culto\\_ao\\_corpo\\_e\\_educacao\\_fisica\\_uma\\_revisao\\_bibliografica.pdf](https://cefd.ufes.br/sites/cefd.ufes.br/files/field/anexo/alaini_miranda_bastos_dias_-_influencia_da_midia_culto_ao_corpo_e_educacao_fisica_uma_revisao_bibliografica.pdf) Acesso em: 23 jul. 2023.
- HELMS, E. R.; ARAGON, A. A.; FITSCHEN, P. J. Evidence-based recommendations for natural bodybuilding contest preparation: nutrition and supplementation. **J Int Soc Sports Nutr.** v. 11, n. 20, p. 1 – 20, 2014. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24864135/> Acesso 10 ago. 2023.
- IRAKI, J. *et al.* Nutrition Recommendations for Bodybuilders in the Off-Season: A Narrative Review. **Sports (Basel)**. v. 7, n. 154. p. 1-19, 2019. Disponível em: <https://www.mdpi.com/2075-4663/7/7/154> Acesso em: 18 mar. 2023.
- LIMA, K. DA S. S. de. **Fatores que controlam a hipertrofia muscular**. 2021, 44 p. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Farmácia) - Instituto de Ciências Ambientais, Químicas e Farmacêuticas da Universidade Federal de São Paulo - Campus Diadema Universidade Federal de São Paulo, 2021. Disponível em: <https://repositorio.unifesp.br/handle/11600/61498>. Acesso em: 22 jul. 2023.
- MAHAN, K.; RAYMOND, J. **Krause: alimentos, nutrição e dietoterapia**. 14. Ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2018. 4247 p.
- MELO, P. E. L. **Culto ao corpo e discurso científico: Imagens e representações na Revista Musculação & Fitness**. 2016. Trabalho de Conclusão de Curso Universidade Federal do Rio Grande do Norte, 2016. Disponível em: [https://oasisbr.ibict.br/vufind/Record/UFRN\\_e37f156b12669c07d28750c648e21f22](https://oasisbr.ibict.br/vufind/Record/UFRN_e37f156b12669c07d28750c648e21f22). Acesso em: 19 mar. 2023.
- MORAIS, A. de C. L.; SILVA, L. L. M. da; MACÊDO, É. M. C. de. Avaliação do consumo de carboidratos e proteínas no pós-treino em praticantes de musculação. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 8, n. 46, p. 247-253, 2014. Disponível em: <http://www.rbne.com.br/index.php/rbne/article/view/455> Acesso em: 23 jul. 2023.
- NASCIMENTO, A. E. O. *et al.* Benefícios da musculação para o emagrecimento. **Revista Faipe**, v. 13, n. 1, p. 22-34, 2023. Disponível em: <http://portal.periodicos.faipe.edu.br/ojs/index.php/rfaipe/article/view/91/98> Acesso 20 set. 2023.

---

## A INFLUÊNCIA DOS PAIS NA FORMAÇÃO DOS HÁBITOS ALIMENTARES NA PRIMEIRA INFÂNCIA

Vitoria Carolini da Silva Oliveira<sup>1</sup>; Debora Tarcinalli Souza<sup>2</sup>;

<sup>1</sup>Aluna de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB – vitoriacarolini90@gmail.com

<sup>2</sup>Professora do curso de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB – nutricao@fibbauru.br

**Grupo de trabalho:** NUTRIÇÃO

**Palavras-chave:** Criança; Alimentação Infantil; Hábitos Alimentares;

**Introdução:** Hoje em dia, de acordo com Dishchekenian (2022) muitas crianças apresentam baixa aceitação de verduras, legumes, frutas, cereais e leguminosas optando por alimentos processados e ultraprocessados que são altamente calóricos e que possuem um teor elevado de açúcar, sal e gordura de adição. Estes hábitos, na primeira infância, podem trazer repercussões na saúde da criança, favorecendo o aparecimento do excesso de peso, além de riscos para doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) e saúde oral. Mediante estudo de Silva, Costa e Giugliani (2016), a relação e interação com a criança durante ato da alimentação impactam em como a criança encara os alimentos, sendo uma importante ferramenta na sua formação alimentar. Referente ao contexto da alimentação infantil, a relação positiva entre pais e filhos é a forma como se atende a oferta dos alimentos, localizando os sinais de fome, de saciedade e de aversão da criança para melhor adesão à prática alimentar, ofertando dessa forma variados tipos de alimentos para verificar essas questões. Por intermédio das pesquisas de Oliveira e Oliveira (2019) é imprescindível nessa primeira fase de vida a oferta de alimentos que promovam o crescimento e desenvolvimento não ocorrendo carências nutricionais, prevenindo doenças na fase adulta. O controle da alimentação, determinado pelos pais, possui influência na alimentação infantil, afetando as escolhas, a seleção e a regulação alimentar pela criança.

**Objetivos:** informar por intermédio de estudos, sobre como a influência dos pais pode interferir na formação de hábitos na primeira infância e em sua qualidade de vida a longo prazo.

**Relevância do Estudo:** Atualmente observa-se por meio de estudos, que crianças com idade de 0 a 6 anos são influenciadas pelo estilo parental de maneira positiva e negativa. Deste modo, hábitos alimentares e estilo de vida são moldados e mantidos durante a vida adulta, por isso, há a necessidade de abordar essas questões, bem como seus efeitos na qualidade de vida das crianças, servindo como auxílio para quem necessita de informações sobre o assunto.

**Materiais e métodos:** Este é um trabalho de revisão de literatura do tipo narrativa, sendo a pesquisa realizada em bases de dados: SciELO, PubMed e em ferramentas para pesquisa como Google Acadêmico, pois são eficientes e eficazes na busca e recuperação da informação para trabalhos de revisão. Escolheu-se o tema: a influência dos pais na formação dos hábitos alimentares na primeira infância, sendo o trabalho iniciado em fevereiro de 2023. Foram utilizados os descritores em saúde: criança; alimentação infantil; hábitos alimentares, no qual, escolheu-se artigos datados de 2016 a 2023 com inclusão dos estudos em português e inglês. Após o levantamento dos dados, discorreu-se sobre o assunto.

**Resultados e discussões:** O período de introdução da Alimentação Complementar (AC) é considerado de crescimento e desenvolvimento infantil associados com a introdução de novos alimentos, novos sabores e novas experiências alimentares, nesta introdução, devem

ser incluídos alimentos de todos os grupos como: grãos, raízes e tubérculos, leguminosas e oleaginosas, produtos lácteos, carnes e ovos, frutas e hortaliças (NEVES, *et al.*, 2020). Muitos métodos são utilizados para a introdução dos AC, iniciando-se pelo método Parent-Led Weaning (PLW), sendo uma alimentação amassada e oferecida por um adulto através de uma colher. Outra técnica utilizada sobre a alimentação infantil é conhecida como Baby-Led Introduction to SolidS (BLISS), versão modificada do método Baby-Led Weaning (BLW), pois a criança leva o alimento até a boca sem auxílio. O BLISS consiste no momento alimentar sem influência do responsável, estimulando a auto alimentação, sendo introduzida a partir do sexto mês, ele oferece medidas que evitam o risco de engasgo durante ingestão de alimentos, controlando a ingestão energética e de ferro (FÜHR *et al.*, 2023). Segundo Miranda e Flach (2019) analisando pelo contexto psicossocial, os pais devem se envolver nas estratégias de comportamento alimentar da criança durante refeição. Reprimir e dar ordens podem ter interações negativas. Crianças pressionadas a ingerir alimentos perdem o interesse na comida, mesmo ofertando uma recompensa. Formas de punição, não trazem bons resultados a longo prazo e promovem ações negativas na preferência alimentar das crianças. A pesquisa quali e quantitativa de Piasetzki (2020) mostrou que pelo menos 60% das crianças fazem uso de algum tipo de tecnologia digital durante a refeição. Referente aos hábitos alimentares, cerca de 98% dos pais realizam as refeições em casa juntamente com as crianças e 64% delas tem o hábito de ingerir líquido durante as refeições.

**Conclusão:** conclui-se que a falta de interação alimentar entre pais e filhos no ato de se alimentar e ter hábitos mais saudáveis pode gerar complicações para a vida adulta. Porém a influência positiva dos pais na alimentação infantil, pode prevenir doenças futuras, bem como pode fazer com que as crianças tenham um bom hábito alimentar.

**Referências:**

- DISHCHEKENIAN, V. R. M. Alimentação na primeira infância e repercussões na saúde oral. **Recomendações atualização de condutas em pediatria**. n. 98, junho 2022. Disponível em: <<https://www.spsp.org.br/publicacao/Recomendacoes98.pdf>>. Acesso 09 março 2023.
- FÜHR, J. *et al.* Can the complementary feeding method be a strategy to reduce the offer of ultra-processed foods?. **Jornal de pediatria**, v. 99, 3 ed., p. 1-8. 2023. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S002175572300030X?via%3Dihub>. Acesso 10 maio 2023.
- MIRANDA, V. S. G de; FLACH, K. Aspectos emocionais na aversão alimentar em pacientes pediátricos: interface entre a fonoaudiologia e a psicologia. **Psicologia em Estudo**, v. 24, e45247, p. 1-8, 5 nov. 2019. Disponível em: <https://periodicos.uem.br/ojs/index.php/PsicolEstud/article/view/45247>. Acesso: 31 maio 2023.
- NEVES, R. O. *et al.* Can parity influence infant feeding in the first six months of life? A paridade pode influenciar na alimentação do lactente nos primeiros seis meses de vida? **Ciencia & saude coletiva**, v. 25, n. 11, p. 4593–4600. 2020. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/csc/a/DJsqkHThC6NXMKRpRQm9kzz/?lang=pt>>. Acesso 20 abr. 2023.
- OLIVEIRA, A. M. DE; OLIVEIRA, D. S. DA S. Influência parental na formação de hábitos Alimentares na primeira infância – revisão da Literatura. **Revista Eletrônica Estácio Recife**. v. 5, n. 2, p. 1-12, 2019. Disponível em: <https://reer.emnuvens.com.br/reer/article/view/322>. Acesso 10 mar. 2023.
- PIASETZKI, R. T. C *et al.* Influência da família na formação dos hábitos alimentares e estilos de vida na infância. **Revista contexto & saúde**, v. 20, n. 41, p 13-24. 2020. Disponível em: <https://www.revistas.unijui.edu.br/index.php/contextoesaude/article/view/11091>. Acesso 16 abr. 2023.
- SILVA, G. A.; COSTA, K. A.; GIUGLIANI, E. R. Alimentação infantil: além dos aspectos nutricionais. **Jornal de Pediatria**. Rio de janeiro, v. 3, n. 1, p. 2-7, 2016. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0021755716000474?via%3Dihub>. Acesso em 20 maio 2023.

## UTILIZAÇÃO DA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL COMO INSTRUMENTO PARA MELHORA DO ESTADO NUTRICIONAL INFANTIL

Francine Pampani Borgo<sup>1</sup>; Débora Tarcinalli Souza<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Aluna de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB – fpborgo@gmail.com;

<sup>2</sup>Orientadora e Docente do curso de Nutrição das Faculdades Integradas de Bauru – FIB – deboratarcinalli@hotmail.com

### **Grupo de trabalho:** NUTRIÇÃO

**Palavras-chave:** Nutrição Infantil; Hábitos Alimentares; Educação Alimentar e Nutricional;

**Introdução:** O Brasil nos últimos anos vem enfrentando o fenômeno da “transição nutricional”, onde o processo de industrialização, urbanização e desenvolvimento econômico e tecnológico têm provocado mudanças na alimentação e estilo de vida, aumentando consideravelmente a obesidade (CABALLERO, 2016; RIBAS FILHO, 2022). Dados apontam que, em 2022, 13% das crianças de 5 a 10 anos foram diagnosticadas com obesidade, em contrapartida, 1,25% apresentaram peso muito baixo para idade (SISVAN, 2022). Sendo assim, o excesso de peso pode levar ao aparecimento precoce de diversas doenças como problemas cardiovasculares e metabólicos (RIBAS FILHO, 2022). Além do excesso de peso já ser um fator de risco, o fato da criança estar obesa, não significa que ela esteja ingerindo todos os nutrientes recomendados para o seu pleno desenvolvimento, pois geralmente, elas consomem alimentos altamente calóricos e com baixa qualidade nutricional, levando a deficiência nutricional que pode acarretar diversos prejuízos como restrição do crescimento, enfraquecimento da imunidade, aumento da incidência de infecções e doenças, além de poder dificultar a concentração, causar hiperatividade, depressão, ansiedade entre outros (CUNHA, 2014).

**Objetivos:** apresentar informações de como o plantio de uma horta e palestras em escolas podem melhorar a alimentação das crianças, com o intuito de melhorar o perfil nutricional.

**Relevância do Estudo:** Diante dos dados alarmantes de obesidade infantil e de adolescentes no Brasil, a educação nutricional (EN) escolar pode mostrar-se uma ferramenta viável para melhorar a qualidade alimentar dos alunos.

**Materiais e métodos:** trabalho de revisão de literatura, sendo a pesquisa realizada em bases de dados e em ferramentas para pesquisa. Escolheu-se o tema: elaboração de horta e palestra como ferramenta de EN para crianças, sendo o trabalho iniciado em fevereiro de 2023. Utilizou-se os descritores em saúde: nutrição infantil; hábitos alimentares; educação alimentar e nutricional, no qual, escolheu-se artigos datados de 2014 a 2023. Após o levantamento dos dados, discorreu-se sobre o assunto.

**Resultados e discussões:** Com o panorama do excesso de peso crescendo, estudos de intervenção nutricional podem ter efeito positivo nas preferências por alimentos mais saudáveis, além de contribuir na redução do consumo diário de bebidas açucaradas. Deste modo, promover alimentação saudável, prática de atividade física e monitorar o estado nutricional na infância e adolescência são elementos essenciais na saúde pública. Sendo assim, o ambiente escolar (AE) pode contribuir para a construção de valores pessoais, tornando-se peça-chave para EN e para intervenções na promoção da saúde e prevenção de doenças, “*trazendo o desenvolvimento da consciência crítica para a construção e modificação de hábitos alimentares*” (SCHUH *et al.*, 2017). Neste cenário, observa-se que a escola é o ambiente mais favorável para desenvolver estratégias de EN, podendo exercer um papel fundamental na formação do conhecimento e hábitos nutricionais, por meio de palestras e atividades práticas, lúdicas, sustentáveis e interativas, como a criação de uma horta, em que as crianças têm contato direto com alimentos *in natura* reduzindo a alta seletividade alimentar e efetivamente introduzindo tais alimentos nas suas vidas. As intervenções no AE apresentam uma das melhores relações custo-efetividade e são meios sustentáveis para promover práticas saudáveis (OLIVEIRA *et al.*, 2021). Para finalizar Carneiro *et al.* (2023) apresenta seu estudo que teve por “*objetivo avaliar o impacto de*

*ações de Educação Alimentar e Nutricional, por meio da implantação de uma horta escolar”, o mesmo foi realizado com crianças do Centro de Educação Infantil do Mato Grosso do Sul. A pesquisa foi de intervenção exploratória e de abordagem quali-quantitativa. A coleta de dados foi dividida em: “atividade do plantio de horta escolar; atividade sobre os alimentos in natura e ultraprocessados e a avaliação do desperdício de alimentos”. Verificou-se, que as crianças tinham interesse em explorar e descrever semelhanças e diferenças entre os alimentos, além de compartilhar situações de cuidado com as verduras cultivadas na horta, bem como a aceitação das refeições da alimentação escolar. Deste modo, os conhecimentos e as atividades propostas, as estratégias e as intencionalidades dos autores e de profissionais da educação podem contribuir para potencializar a aprendizagem da criança no AE, no qual, a elaboração de horta na escola pode possibilitar a melhora no consumo de alimentos *in natura* com redução no desperdício de alimentos na alimentação escolar.*

**Conclusão:** Por fim, verifica-se que a utilização de atividades lúdicas aprimoram o processo de ensino-aprendizagem dos alunos, que adquirem conhecimentos sobre a alimentação saudável não só da forma tradicional, por meio de avaliações através de questionários, que exige do aluno a simples memorização da matéria que se dispersa em poucos dias, mas a atividade lúdica possibilita aos alunos a vivência dos ensinamentos, por meio de metodologias e participações ativas, facilitando a compreensão, aplicação e retenção dos conhecimentos passados e melhorando o consumo de alimentos *in natura*.

**Referências:**

- CABALLERO, B. Transição nutricional: tendências globais na alimentação, no estilo de vida e nas doenças não transmissíveis. In: ROSS, A. C. *et al.* **Nutrição Moderna de Shils - na Saúde e na Doença**. 11 ed. Barueri-SP: São Paulo: Manole, cap. 109, p. 1527-1533, 2016.
- CARNEIRO, M. T. S. *et al.* Horta agroecológica no contexto da educação infantil: espaço de educação alimentar e nutricional. **Brazilian Journal of Development**, [S. l.], v. 9, n. 05, p. 18278–18297, 2023. DOI: 10.34117/bjdv9n5-256. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/60161>. Acesso em: 21 ago. 2023.
- CUNHA, L. F. da. **A Importância de uma Alimentação Adequada na Educação Infantil**. 2014. Monografia (Especialização em Ensino de Ciências). Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Medianeira, 2014. Disponível em: [https://riut.utfpr.edu.br/jspui/bitstream/1/21702/2/MD\\_ENSCIE\\_IV\\_2014\\_57.pdf](https://riut.utfpr.edu.br/jspui/bitstream/1/21702/2/MD_ENSCIE_IV_2014_57.pdf) Acesso 10 abr. 2023.
- OLIVEIRA, A. T. C. *et al.* Importância da Alimentação Saudável para Crianças e Adolescentes, e a Influência da Escola na Obtenção de Bons Hábitos Alimentares: uma revisão. In: **AGRON FOOD ACADEMY**. Saúde e bem estar, 2021, 1 p. Disponível em: <https://agronfoodacademy.com/importancia-da-alimentacao-saudavel-para-criancas-e-adolescentes-e-a-influencia-da-escola-na-obtencao-de-bons-habitos-alimentares-uma-revisao/> Acesso 10 abr. 2023.
- RIBAS FILHO, D. Quais hábitos alimentares e de vida recomendados para reduzir os riscos de doença? In: AZEVEDO, P. S.; MINICUCCI, M. F. 1 ed. **Nutrologia em Medicina Interna – Suas Interfaces**. Rio de Janeiro: Atheneu, cap. 4, p. 17-22, 2022.
- SCHUH, D. S. *et al.* Healthy School, Happy School: Design and Protocol for a Randomized Clinical Trial Designed to Prevent Weight Gain in Children. **Arquivos brasileiros de cardiologia**, v. 108, n. 6, p. 501–507, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.5935/abc.20170072>. Acesso 10 abr. 2023.
- SISTEMA NACIONAL DE VIGILÂNCIA ALIMENTAR E NUTRICIONAL – SISVAN. **Relatórios do Estado nutricional dos indivíduos acompanhados por período, fase do ciclo da vida e índice**. 2022. Disponível em: <https://sisaps.saude.gov.br/sisvan/relatoriopublico/estadonutricional>. Acesso 10 abr. 2023.

## SELETIVIDADE ALIMENTAR NO AUTISMO

Laisla Emanuelle Castro da Silva<sup>1</sup>; Debora Tarcinalli Souza<sup>2</sup>;

<sup>1</sup>Aluna de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB – laislaemmanuel77@gmail.com

<sup>2</sup>Professora do curso de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB – nutricao@fibbauru.br

**Grupo de trabalho:** NUTRIÇÃO

**Palavras-chave:** Criança; Alimentação Infantil; Seletividade Alimentar; Autismo Infantil

**Introdução:** A seletividade alimentar (SA) é caracterizada por uma ingestão menor de alimentos, padrão alimentar monótono e seleção de alimentos por características específicas, levando a ter uma dieta restrita e afetando o consumo de micronutrientes, tais como vitaminas e sais minerais. As características das pessoas com seletividade alimentar são: não aceitar colocar o alimento na boca como forma de rejeição; ao comerem novos alimentos sentem náuseas e vômitos; se sentem angustiadas ao experimentar novos alimentos devido ao sentimento de fobia e medo de sair da zona de conforto; sempre escolhem o mesmo alimento, e tem aversão a grupos alimentares inteiros. Os autores mencionam um estudo que revela que ter uma alimentação saudável com todos os nutrientes inclusos é de grande importância para a manutenção da saúde e do bem-estar, pois a alimentação contribui no desenvolvimento fisiológico, crescimento e produtividade. Eles citam estudos que apontam que o desmame precoce e a introdução alimentar precoce, podem levar uma criança a se tornar seletiva (CARVALHO, 2018). Silva *et al.* (2021) mostram em seu estudo que a maioria das crianças com autismo, apresenta uma SA, devido às diferentes cores, sabores e texturas dos alimentos que podem fazer com que saiam de sua zona de conforto, podendo gerar um grande estresse. Sampaio *et al.* (2013) caracterizam o transtorno do espectro autista (TEA) por déficits persistentes na interação social e na comunicação, podendo haver presença de interesses, bem como atividades repetitivas. Eles citam que a Organização Mundial da Saúde (OMS) estima que 1 em cada 160 crianças tem TEA, discorrendo que a utilização de ácido fólico (AF) preconcepção deve ser aconselhada.

**Objetivos:** Apresentar informações sobre a SA infantil em autistas e suas consequências nutricionais.

**Relevância do Estudo:** Como visto, muito se tem discutido, sobre a SA nos autistas (TEA), principalmente sobre as deficiências nutricionais que ela pode acarretar, por isso um acompanhamento dessas deficiências que ocorrem pela SA, é muito essencial, uma vez que os números de casos de SA em crianças autistas vêm aumentando nos tempos atuais e muitas vezes passam despercebidas pelos responsáveis.

**Materiais e métodos:** trabalho de revisão de literatura, sendo a pesquisa realizada em bases de dados: SciELO, PubMed e em ferramentas para pesquisa como Google Acadêmico, pois são eficientes e eficazes na busca e recuperação da informação para trabalhos de revisão. Escolheu-se o tema: SA no autismo, sendo o trabalho iniciado em fevereiro de 2023, foram utilizados os descritores em saúde: criança; alimentação infantil; SA; autismo infantil, bem como foram escolhidos artigos com datas entre 2013 e 2023. Após o levantamento dos dados, discorreu-se sobre o assunto.

**Resultados e discussões:** a SA é caracterizada por recusa alimentar, pouco apetite e desinteresse pelo alimento. É um comportamento típico na fase da infância, mas, pode acentuar-se e permanecer por anos. Alguns fatores que pode levar a seletiva são: introdução tardia de alimentos mastigáveis durante o processo de introdução alimentar,

experiência indesejáveis na alimentação (vômitos, engasgos, refluxos e outros), influência parental (pressão alimentar); a doença crônica, Diabetes Mellitus tipo 1 e efeitos colaterais de medicamentos pode contribuir para um quadro maior de seletividade, entretanto a causa da SA não é determinada por um único fator (SANTANA; ALVES, 2022). Algumas orientações para que as pessoas possam lidar com essas alterações são: estabelecer rotina de alimentação, evitar alimentos que não são saudáveis e introduzir gradativamente os alimentos saudáveis, oferta pratos que seja colorido, apresentar os alimentos em quantidades menores, ser o exemplo para o paciente com SA e preparar as refeições juntos como forma de estímulo (BRAIDE, 2023). Para finalizar, uma revisão de cunho qualitativo teve por objetivo evidenciar os prejuízos da SA em crianças com TEA, além dos seus impactos no seu estado nutricional, podendo levar ao desenvolvimento de sobrepeso, obesidade, desnutrição e deficiências nutricionais como as vitaminas do complexo B, D, ômega 3 e minerais. Os autores citam que quanto ao tratamento dessas crianças, é fundamental que haja acompanhamento da introdução alimentar e seletividades, sendo possível adaptar dietas e realizar evoluções gradativas. Além disso, estratégias de educação alimentar e nutricional podem ser utilizadas como formas de intervenção, devendo ser estudadas de forma mais aprofundada para que sejam aplicadas no tratamento da SA (RODRIGUES; CARVALHO; CARVALHO, 2023).

**Conclusão:** Diante do estudo presente crianças com TEA apresentam SA, devido à personalidade do autista não sair da zona de conforto. O estudo mostra que alimentação é fundamental para o desenvolvimento fisiológico e crescimento em todos os seres humanos.

#### **Referências:**

- BRAIDE, P. Como lidar com a seletividade alimentar. **STIMULUS** – materiais de ensino em ABA. 2023. Disponível em: <https://stimulusaba.com.br/como-lidar-com-a-seletividade-alimentar/>. Acesso 17 maio 2023.
- CARVALHO, A. K. B. de. **Seletividade alimentar em crianças: revisão bibliográfica**. 2018. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Nutrição) – Faculdade de Ciências da Educação e Saúde, Centro Universitário de Brasília, Brasília, 2018. Disponível em: <https://repositorio.uniceub.br/jspui/handle/prefix/13290>. Acesso em: 30 maio 2023.
- RODRIGUES, E. S.; CARVALHO, É. da S.; CARVALHO, J. C. **Os Impactos da seletividade alimentar no estado nutricional da criança com transtorno do espectro autista: uma revisão bibliográfica**. Trabalho de Conclusão (Graduação em Nutrição) do Centro Universitário Faculdade Guanambi/ UNIFG- Ânima Educação, 2023. Disponível em: <https://repositorio.animaeducacao.com.br/handle/ANIMA/36040>. Acesso 10 ago. 2023.
- SAMPAIO, A. B. de M. *et al.* Seletividade alimentar: uma abordagem nutricional. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 62, n. 2, p. 164–170, abr. 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/XMDX3Wc8Xn7XbcYvRfjdSpd/?lang=pt>. Acesso 02 de maio 2023.
- SANTANA, P. da S.; ALVES, T. C. H. Consequências do excesso de comida no estado nutricional na infância: uma revisão narrativa. *Investigação, Sociedade e Desenvolvimento*, [S. l.], v. 11, n. 1, p. 1-10, 2022. DOI: 10.33448/rsd-v11i1.25248. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/25248>. Acesso em: 05 abr. 2023.
- SILVA, Á. G. S. *et al.* Aspectos sensoriais e a seletividade alimentar da criança com transtorno do espectro autista: um estudo de revisão integrativa. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 10, p.1-10, 2021. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/18944>. Acesso em: 02 maio de 2023.

## TRANSTORNOS ALIMENTARES EM PACIENTES BARIÁTRICOS: A NUTRIÇÃO COMPORTAMENTAL COMO PERSPECTIVA DE TRATAMENTO

Laís do Prado Ferreira<sup>1</sup>; Taís Baddo de Moura e Silva<sup>2</sup>; Debora Tarcinalli Souza<sup>3</sup>;

<sup>1</sup>Aluna de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB – hplaisferreira@gmail.com

<sup>2</sup>Professora do curso de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB – taísbaddonutri@gmail.com

<sup>3</sup>Professora do curso de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB – nutricao@fibbauru.br

### **Grupo de trabalho:** NUTRIÇÃO

**Palavras-chave:** Obesidade; Cirurgia Bariátrica; Transtornos Alimentares; Nutrição Comportamental; Tratamento.

**Introdução:** A Organização Mundial da Saúde (OMS) define a obesidade como excesso de tecido adiposo no organismo, e também a reconhece como uma doença causada por múltiplos fatores, dentre eles podemos citar os hormonais, hereditários, psíquicos, nutricionais e sociais (GARRIDO; MOTTA, 2021). Em alguns casos, o tratamento dietético acompanhado da prática de exercícios físicos é suficiente para reverter o quadro de obesidade, porém, para pacientes com obesidade grau III ou obesidade mórbida, o método rigoroso e que traz resultados com uma maior rapidez é a realização da cirurgia bariátrica (CB) (VIEIRA; RABELO FILHO; BURGOS, 2019). Dentre os pacientes candidatos à CB, 20 a 70% têm histórico de problemas de saúde mental, tornando estes indivíduos um grupo de alto risco para uma variedade de problemas psiquiátricos, incluindo os transtornos alimentares (TA). Dentro deste cenário, no qual, o número de CB realizadas no Brasil é alarmante, e considerando que grande parte destes pacientes possuem uma tendência a transtornos psiquiátricos e alimentares, é de suma importância propagar informações sobre a necessidade do tratamento multidisciplinar antes e pós a CB, incluindo o acompanhamento regular com um profissional nutricionista, enfatizando os benefícios de uma abordagem comportamental nesse tratamento (NOVELLE; ALVARENGA, 2016).

**Objetivos:** mostrar o quanto os TA são recorrentes em pacientes bariátricos, e que a melhor abordagem de tratamento é pelo caminho da nutrição comportamental.

**Relevância do Estudo:** O Brasil está passando por um aumento preocupante no número de CB realizadas. Visto que muitos desses pacientes têm predisposição a transtornos psiquiátricos e alimentares, é crucial disseminar a importância do tratamento abrangente antes e depois da cirurgia, incluindo a necessidade de um acompanhamento regular com um nutricionista, dando destaque aos benefícios que uma abordagem comportamental pode ter neste processo. Entretanto, este assunto precisa ser mais debatido e mais estudos precisam ser realizados para disseminar a importância da nutrição comportamental para a população.

**Materiais e métodos:** trata-se de uma revisão de literatura narrativa, a qual, baseou-se em artigos científicos, selecionados em bases de dados como SciELO e PubMed, além da ferramenta de pesquisa Google Acadêmico, por meio das palavras-chave: obesidade; cirurgia bariátrica; transtornos alimentares; nutrição comportamental; tratamento. Os materiais utilizados foram publicados entre 2009 e 2022. Os artigos antes de 2013 foram considerados, pois se tratavam de abordagens clássicas sobre o tema.

**Resultados e discussões:** A obesidade é uma doença multifatorial caracterizada pelo percentual de gordura corporal elevado, somado com distúrbios nutricionais e metabólicos. A etiologia desta doença está associada a fatores genéticos, emocionais e estilos de vida, e está intimamente relacionada ao desequilíbrio entre a ingestão e o gasto de energia (NEVES *et al.*, 2021). Diante deste panorama, muitos pacientes obesos grau III ou mórbidos, recorrem à CB em busca de um tratamento mais urgente. Porém, após a CB, adotar mudanças drásticas nos hábitos alimentares, sociais e comportamentais são fundamentais para que o sucesso da cirurgia seja alcançado. Mas vale ressaltar, que dificuldades para se adaptar à esta nova vida podem surgir, sendo assim, o paciente deve

ser avaliado e acompanhado pela equipe multidisciplinar que está envolvida no tratamento, como médicos, psicólogo e nutricionista, para monitorar o seu desenvolvimento. Alguns pacientes podem apresentar pós-cirurgia, vários transtornos como ansiedade, compulsões, abuso de substâncias, gastos financeiros em excesso e transtornos de humor (EHRENBRINK; PINTO; PRANDO, 2009). Uma revisão integrativa, reuniu diversos estudos existentes sobre TA em pacientes bariátricos e chegou a dados importantes, verificando que a presença dos TA (anorexia nervosa, bulimia nervosa, síndrome alimentar noturna e principalmente o transtorno de compulsão alimentar) é alta, tanto antes como no pós-cirúrgico, sendo a compulsão alimentar o mais frequente. Tais comportamentos prejudiciais à saúde podem perpetuar após a CB, impactando em seus resultados e na qualidade de vida do paciente (NOVELLE; ALVARENGA, 2016). Por isso, a nutrição comportamental traz um olhar inovador à abordagem realizada em consultório, pois ela leva em consideração diversos aspectos do paciente que o moldam como indivíduo: o sociológico, o social, o cultural, e o emocional. Dessa forma é possível aplicar uma intervenção mais aprofundada no comportamento, aumentando as chances do paciente aderir ao tratamento nutricional, promovendo a própria saúde (ALVARENGA *et al.*, 2019).

**Conclusão:** conclui-se que indivíduos com obesidade elevada apresentam com frequência maus hábitos alimentares, e que para a CB seja bem sucedida, é necessário que haja um acompanhamento multidisciplinar, no qual, os profissionais trabalharão pelo bem estar desse paciente. A melhor abordagem e estratégia nutricional para que este sucesso seja alcançado, é por meio da nutrição comportamental, na qual, utiliza técnicas, que ajudam no tratamento comportamental e nos TA com maior eficiência.

#### Referências

- ALVARENGA, M. *et al.* 2ª edição. **Nutrição comportamental**. São Paulo, Editora Manole. 2019.
- EHRENBRINK, P. P.; PINTO, E. E. P.; PRANDO, F. L. Um novo olhar sobre a cirurgia bariátrica e os transtornos alimentares. **Psicol. hosp.** (São Paulo), São Paulo, v. 7, n. 1, p. 88-105, 2009. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1677-74092009000100006&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-74092009000100006&lng=pt&nrm=iso). Acesso em: 01 set. 2023.
- GARRIDO, P. B.; MOTTA, I. F. DA. Psicanálise no tratamento multidisciplinar e cirúrgico da obesidade mórbida: estudo de caso. **Revista Latinoamericana de Psicopatologia Fundamental**, v. 24, n. 4, p. 638–658, out. 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rlpf/a/B3PFB5hc3VyLPnHd6dsv84x/> Acesso em 01 set. 2023.
- NEVES, S. C. *et al.* Os fatores de risco envolvidos na obesidade no adolescente: uma revisão integrativa. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, p. 4871–4884, out. 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/YJBwJkN9H7Z8GbBKX5j7m8C/#> Acesso 30 ago. 2023.
- NOVELLE, J. M.; ALVARENGA, M. S. Cirurgia bariátrica e transtornos alimentares: uma revisão integrativa. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 65, n. 3, p. 262–285, jul. 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/CwhqrDxQ45fCBcXNP7gmT7P/abstract/?lang=pt#> Acesso 28 ago. 2023.
- VIEIRA, R. A. L.; RABELO FILHO, L. V.; BURGOS, M. G. P. DE A. Consumo alimentar e sua associação com estado nutricional, atividade física e fatores sociodemográficos de candidatos à cirurgia bariátrica. **Revista do Colégio Brasileiro de Cirurgiões**, v. 46, n. 6, p. 1-8, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rcbc/a/JBwWjqqmxFyNtw6S9ShHdDm/?lang=pt#> Acesso 20 ago. 2023.

---

## BENEFÍCIOS DOS CHÁS A BASE DE *CAMELLIA SINENSIS* NA SAÚDE HUMANA

Allanis Pereira Ormrod<sup>1</sup>; Debora Tarcinalli Souza<sup>2</sup>;

<sup>1</sup>Aluna de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB – allanispereira98@gmail.com.

<sup>2</sup>Professora do curso de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB – nutricao@fibbauru.br

**Grupo de trabalho:** NUTRIÇÃO

**Palavras-chave:** chás; plantas medicinais; compostos bioativos; saúde humana

**Introdução:** segundo Boiko (2011) muitos países desenvolveram estruturas sociais específicas para o consumo de certas bebidas derivadas de plantas como os ritos amazônicos sobre o guaraná e a roda de chimarrão gaúcha no Brasil; o chá das cinco na Inglaterra e os cafés de Paris na Europa. Mas nenhuma cultura se assemelha a cerimônia japonesa com relação aos chás, estando associados tradicionalmente a monges japoneses que teriam trazido os costumes continentais a esses monges faziam uma busca por um medicamento alquímico que trouxesse vida longa a população. Apesar dos chás terem se difundido na Ásia, de acordo com Gaudêncio *et al.* (2021) os povos indígenas brasileiros possuem diversos costumes e tradições, que também preservam suas culturas e utilizam seus conhecimentos em suas atividades diárias diversas. Os autores citam ainda algumas etnias que possuem um amplo domínio vegetal de classificação das plantas, usando-as para vários fins medicinais, além das práticas de rituais que fornecem os poderes da natureza. Fazem o uso de forma preventiva e como tratamento de diversos tipos de doenças. Os indígenas geralmente utilizam as ervas e plantas, possuindo uma forma própria de organizar as mesmas, conforme aprendida com seus ancestrais, sendo transmitido até hoje de geração em geração.

**Objetivos:** apresentar como algumas plantas como a *Camellia Sinensis* em forma de chá pode ser utilizada como medicamentos natural, tendo propriedades curativas e benéficas à saúde humana, podendo ajudar no tratamento de diversos tipos de doenças, bem como na sua prevenção.

**Relevância do Estudo:** desde a antiguidade, os povos faziam uso de ervas para infusões, isso não é muito diferente nos dias atuais. Pode-se destacar no Brasil os indígenas que sempre fizeram uso de ervas em infusão como medicamentos em suas aldeias, bem como para seu consumo, sendo assim, a utilização de ervas nos tempos de hoje ainda é realizada, trazendo inúmeros benefícios à saúde humana.

**Materiais e métodos:** trabalho de revisão de literatura, com levantamento de materiais nas bases de dados como Scielo e PubMed no período dos últimos oito anos, assim sendo, de 2011 - 2022. Ressalta-se que a literatura de 2011, foi um achado sobre os chás, sendo muito relevante para este trabalho. Foram incluídos neste estudo artigos originais e trabalhos científicos com referenciais sobre chás e plantas medicinais.

**Resultados e discussões:** Pinho (2019) cita que as plantas medicinais são utilizadas desde a antiguidade para o tratamento de diversas doenças, muitas vezes, sendo o único recurso terapêutico, principalmente para pessoas mais carentes e que possuem difícil acesso aos serviços de saúde e aos medicamentos industrializados, por conta do seu elevado custo. Boiko (2011) descreve que a palavra “chá” está relacionada a qualquer bebida preparada em infusão em água quente. Originalmente a palavra estava associada a uma planta específica, conhecida como *Camellia sinensis*, um arbusto da família das camélias, no qual, com as folhas se produz o chá preto da Inglaterra, o chá verde do Japão, o chá oolong da China entre outras variedades. Um estudo aponta que o chá da planta

*Camellia sinensis* é geralmente preparado a partir de suas folhas jovens, brotos ou caules. O chá *Camellia sinensis* contém diversos compostos como cafeína, teobromina, compostos polifenólicos como as catequinas e epicatequinas, teaflavinas, glicosídeos flavonóides, L-teanina, e substâncias orgânicas voláteis. Todos esses compostos são responsáveis pelo aroma e sabor do chá, adstringência, e também pelos seus efeitos benéficos à saúde (SAPTADIP, 2022). Martins *et al.* (2021) complementam esses benefícios, discorrendo que o chá da *Camellia sinensis* devido ao seu aroma e sabor é muito utilizado, além de ser considerado uma bebida medicinal que pode melhorar o perfil de diversas doenças, devido aos seus componentes bioativos, conforme já mencionado por outros autores. Um dos benefícios do chá verde está relacionado ao envelhecimento celular, ou seja, devido a sua propriedade antioxidante protege as células e os tecidos do stress oxidativo, além de possuir propriedades anti-inflamatórias, anti-angiogênica, antimicrobiana, antimutagênica e antiapoptótica. Além disso, o chá da *Camellia sinensis* está envolvido na prevenção e tratamento de diversas doenças, como as cardiovasculares, câncer, disfunção digestiva e distúrbios metabólicos como obesidade e diabetes. Quanto aos compostos bioativos, a autora cita que os flavonoides apresentam fortes propriedades antioxidantes; a cafeína e outras metilxantinas têm a função de regular os níveis de segundos mensageiros intracelulares; as catequinas possuem efeitos anti-inflamatórios, ou seja, todas essas ações conferem alguns atributos positivos em relação a neuroproteção, cardioproteção e prevenção do câncer (SAPTADIP, 2022).

**Conclusão:** conclui-se que a planta *Camellia sinensis* em forma de chá tem inúmeros benefícios a saúde, e pode ser usada na prevenção e tratamento de algumas doenças.

#### Referências:

- BOIKO, L. **Breve história do chá no Japão**. Trabalho de Cultura Japonesa II. Universidade de São Paulo. São Paulo, 24 f. 2011. Disponível em: [file:///C:/Users/Deb/Downloads/Breve%20historia%20do%20cha%20no%20Japao%20-%20Leonardo%20Boiko%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Deb/Downloads/Breve%20historia%20do%20cha%20no%20Japao%20-%20Leonardo%20Boiko%20(1).pdf) Acesso 15 mar. 2023.
- GAUDÊNCIO, J. *et al.* Conhecimento tradicional Kaingang: o uso de ervas medicinais. **ODEERE**, v. 6, n. 2, p. 35-53, 2021. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8247467> Acesso 15 mar. 2023.
- MARTINS, R. B. *et al.* Uso potencial do chá verde no tratamento complementar de morbidades e uso de medicamentos, associado ao envelhecimento: uma revisão. In: SAMPAIO, E. C. **Envelhecimento humano: desafios contemporâneos**. Editora científica digital, cap. 27, v. 2, p. 358-374, 2021. Disponível em: <https://downloads.editoracientifica.com.br/articles/201202390.pdf> Acesso 20 abr. 2023.
- PINHO, R. G. **Saberes populares e o ensino de ciências: a tradição do chá como vetor para promoção da alfabetização científica**. 2019. 48 p. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Licenciatura em Ciências Naturais) Campo VII, Codó-MA, 2019. Disponível em: <https://monografias.ufma.br/jspui/handle/123456789/4027> Acesso 01 mar. 2023.
- SAPTADIP, S. Potenciais componentes bioativos e benefícios promocionais de saúde do chá (*Camellia sinensis*). **Jornal da Associação Americana de Nutrição**, v. 41, n. 1, p. 65-93, 2022. DOI: 10.1080/07315724.2020.1827082. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/07315724.2020.1827082> Acesso 26 abr. 2023.

## CARACTERIZAÇÃO DA QUALIDADE DA ALIMENTAÇÃO E DO ESTADO NUTRICIONAL DE CRIANÇAS DE 0 A 2 ANOS ACOMPANHADAS NA REDE BÁSICA DE PIRATININGA, DURANTE OS ANOS DE 2021-2022

Amanda Teixeira Grillo Akamine<sup>1</sup>; Fabiane Valentini Francisqueti-Ferron<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Aluna de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB – [amanda.akamine@hotmail.com](mailto:amanda.akamine@hotmail.com);

<sup>2</sup>Orientadora e Professora do curso de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB – [fabiane.ferron@fibbauru.br](mailto:fabiane.ferron@fibbauru.br)

### Grupo de trabalho: NUTRIÇÃO

**Palavras-chave:** Primeiros anos de vida; Pandemia; Ultraprocessados; População mais vulnerável.

**Introdução:** Os primeiros anos de vida de uma criança são caracterizados por rápida velocidade de crescimento e desenvolvimento, sendo que a qualidade e a quantidade de alimentos consumidos pela mesma são aspectos críticos e com repercussões ao longo de toda a vida (LOPES *et al.*, 2018). É importante o papel do nutricionista no processo de orientação da mãe, conscientizando-a dos riscos e dos benefícios de determinadas escolhas de alimentos (WILLRICH, 2018). O ano de 2020 foi marcado pelo surgimento da pandemia causada pelo novo coronavírus, notificada pela Organização Mundial da Saúde (WHO, 2020). O isolamento social impulsionou mudanças consideráveis dos hábitos alimentares, com repercussões diretas no estado nutricional. A produção, comercialização, oferta e consumo de alimentos foram afetados pelo isolamento social, além das mudanças no meio econômico, com implicações principalmente para a população mais vulnerável em termos sociais, econômicos e sanitários, resultando em oferta insuficiente de alimentos in natura (frutas, legumes e vegetais) e um aumento no consumo dos ultraprocessados, em virtude do preço e da facilidade de acesso (DURÃES *et al.*, 2020).

**Objetivo:** Esse trabalho teve como objetivo caracterizar a qualidade da alimentação e o estado nutricional de crianças de 0 a 2 anos, acompanhadas na rede básica de Piratininga, durante os anos de 2021-2022.

**Relevância do Estudo:** Diante do atual cenário econômico e social das famílias brasileiras, avaliar o impacto no padrão alimentar da população infantil torna-se de extrema relevância, já que muitas delas tiveram o seu acesso aos alimentos in natura dificultado pelas condições apresentadas.

**Materiais e métodos:** Estudo retrospectivo realizado no município de Piratininga-SP, com crianças de 0 a 24 meses completos da rede básica de saúde. O estudo foi composto pelas crianças cujas mães aceitaram participar da pesquisa e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Após aprovação no Comitê de Ética e Pesquisa das Faculdades Integradas de Bauru (Parecer 6.021.436), o pesquisador fez um levantamento prévio dos dados disponíveis no sistema E-SUS. Os marcadores do consumo alimentar foram avaliados de acordo com o Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional. As informações sobre peso e altura foram coletadas diretamente do prontuário da criança. Na coleta de dados foi utilizado um questionário sociodemográfico, que forneceu informações sobre a alimentação da criança durante a gestação e na lactação. Na análise estatística descritiva foi utilizado o cálculo da frequência absoluta e relativa. Os dados estão apresentados em números absolutos e percentuais.

**Resultados e discussões:** Com relação aos dados sociodemográficos das mães, notou-se que 60% era de etnia parda e 40% de etnia branca; 45% estavam desempregadas, 40% tinha emprego com carteira assinada e 15% tinham emprego sem carteira assinada. Dallazen *et al.* (2018) estudou crianças entre 12 e 59 meses e encontrou associação entre

nível de escolaridade e renda familiar com a introdução de alimentos não recomendados no primeiro ano de vida. Foram avaliadas 20 crianças com média de idade de  $10,5 \pm 2,6$  meses. Observou-se que 75% eram eutróficas, 15% eram sobrepeso, 5% eram baixo peso e os outros 5% eram muito baixo peso. Mesmo com um bom resultado, há que se considerar que muito tem se falado sobre a obesidade infantil. Conde e Strauss (2021) destacaram que as causas do excesso de peso infantil são multifatoriais e que são necessárias a elaboração de políticas públicas voltadas para a prevenção dos agravos nutricionais. Notou-se que 60% das crianças avaliadas consumia outro leite sem ser o do peito, 70% consumia legumes, 10% não consumia feijão, 5% não consumia arroz, 10% consumia hambúrguer ou embutidos, 80% não consumia bebidas adoçadas, 75% não consumia macarrão instantâneo ou salgado de pacote, 80% não consumia biscoito recheado ou doce. Sabarense e Ferreira (2022) analisaram que a falta de escolhas alimentares saudáveis associada a hábitos alimentares inadequados no ambiente familiar expõe as crianças a um ganho de peso conhecido e excessivo desde cedo.

**Conclusão:** Portanto, conclui-se que este estudo caracterizou a qualidade da alimentação e o estado nutricional de crianças de 0 a 2 anos, acompanhadas na rede básica de Piratininga, durante os anos de 2021-2022, obtendo um resultado positivo para todos os âmbitos: a maioria das crianças era eutrófica, as características sociodemográficas não influenciaram para que os participantes tivessem um acesso a uma introdução alimentar de qualidade, e uma minoria consumia precocemente alimentos ultraprocessados.

#### Referências:

- CONDE, S. R.; STRAUSS, J.M. Influência das mídias e eletrônicos no consumo alimentar e no estado nutricional de crianças: revisão integrativa. **RECIMA21 - Revista Científica Multidisciplinar**, v.2, n.1, p. 219–233, 2021. Disponível em: <https://recima21.com.br/index.php/recima21/article/view/69>. Acesso em: 4 set. 2023.
- DALLAZEN, C. *et al.* Introdução de alimentos não recomendados no primeiro ano de vida e fatores associados em crianças de baixo nível socioeconômico. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 34, n.2, p.1-13, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/fQY59m9WLX9GK7xKrf56cJc/?lang=pt>. Acesso em: 22 jan. 2023.
- DURÃES, S. A. *et al.* Implicações da pandemia da covid-19 nos hábitos alimentares. **Revista Unimontes Científica**, v. 22, n. 2, p. 1–20, 2020. Disponível em: <https://www.periodicos.unimontes.br/index.php/unicientifica/article/view/3333>. Acesso em: 22 jan. 2023.
- LOPES, W. C. *et al.* Alimentação de crianças nos primeiros dois anos de vida. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 36, n.2, p. 164-170, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rpp/a/r8tJMQJJZxCP7n6q4zTwMWx/?lang=pt>. Acesso em: 22 jan. 2023.
- SABARENSE, N. B.; FERREIRA, J. C. de S. Factors that influence the intake of ultra-processed foods by children during the period of complementary feeding. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 5, p. e51711528715, 2022. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/28715>. Acesso em: 7 set. 2023.
- WILLRICH, N. M. **Introdução da alimentação complementar em lactentes de uma cidade da Serra Gaúcha**. Trabalho de Conclusão de Curso. Bacharelado em Nutrição. Universidade de Caxias do Sul. 2018. Disponível em: <https://repositorio.ucs.br/11338/4143>. Acesso em: 24 jan. 2023.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION. **WHO Director-General's opening remarks at the media briefing on COVID-19 - 11 March 2020**. Disponível em: <https://www.who.int/dg/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---11-march-2020/>. Acesso em: 24 jan. 2023.

---

## EFEITO DO JEJUM SOBRE O DESEMPENHO DE ATLETAS EM TREINAMENTO DE FORÇA

Guildrian de Oliveira Santos<sup>1</sup>; Fabiane Valentini Francisqueti Ferron<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Aluno de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB – guildrian@gmail.com;

<sup>2</sup>Professora do curso de Nutrição– Faculdades Integradas de Bauru – FIB- fabiane.ferron@fibbauru.br

**Grupo de trabalho:** NUTRIÇÃO

**Palavras-chave:** Jejum, Desempenho atlético, Treinamento de força, atletas

**Introdução:** O exercício físico, aliado à nutrição de qualidade, representa fator de grande importância para a promoção da saúde (BEZERRA *et al.*, 2021). Dado isto, um plano nutricional adequado, aliado a um programa de treinamento físico, auxilia não apenas indivíduos comuns, como também atletas. Diversas estratégias alimentares são utilizadas objetivando essa melhora no desempenho esportivo. Dentre estas, o Jejum Intermitente (JI) tem se popularizado pelos seus potenciais benefícios relacionados à melhora da composição corporal e desempenho esportivo. No entanto, há uma diversidade de protocolos e estratégias de jejum existentes na literatura, refletindo em falta de consenso sobre o melhor (TINSLEY *et al.*, 2016).

**Objetivos:** Avaliar o efeito do jejum sobre a performance de atletas em treinamento de força.

**Relevância do Estudo:** O Jejum Intermitente tem atraído grande atenção do público devido aos recentes endossos de celebridades e atletas. À medida que a popularidade do JI aumenta, é importante que o nutricionista seja capaz de aconselhar os atletas sobre os efeitos do JI no desempenho atlético. No entanto, há uma diversidade de protocolos e estratégias de jejum existentes na literatura, o que reflete em falta de consenso em relação a seus benefícios à saúde, composição corporal e no desempenho esportivo dos atletas em treinamentos de força.

**Materiais e métodos:** Trata-se de uma revisão narrativa utilizando-se as bases de dados eletrônicas Scientific Electronic Library Online (SciELO) e PubMed e a ferramenta de buscas Google Acadêmico. Foram pesquisados artigos do período de 2016 a 2022, utilizando-se as seguintes palavras-chave: atletas, jejum intermitente, treinamento de força, Ramadã e dieta. Foram considerados estudos em português e inglês de livre acesso.

**Resultados e discussões:** Por mais que o JI pareça ser uma prática voluntária da humanidade, na verdade, se baseia em um complexo processo biológico presente em todos os seres vivos, o ciclo circadiano. A produção de diversos hormônios depende da atividade ritmada deste ciclo, em intervalos próximos a 24 horas. A resposta aos nutrientes ingeridos na alimentação age nas vias de sinalização anabólico-catabólicas (CHARLOT *et al.*, 2021; LONGO; PANDA, 2016). Ou seja, o desequilíbrio deste ciclo poderia afetar o desempenho de atletas no esporte, causando alterações no metabolismo energético-muscular e na secreção de hormônios específicos, podendo até mesmo afetar a recuperação muscular. Assim, a implementação do jejum intermitente seguindo o ciclo circadiano, como a alimentação por restrição de tempo (ART), poderia ser interessante como estratégia para o realinhamento dos comportamentos cotidianos com os ritmos circadianos naturais, otimizando as atividades físicas (SIMMONS *et al.*, 2022; CHARLOT *et al.*, 2021). Um dos benefícios sugeridos pelo JI é a perda de peso e otimização da composição corporal. Apesar de não ser consenso geral, o JI demonstrou induzir leve aumento na massa livre de gordura (MLG), desencadeando, também, diversas adaptações metabólicas que resultam

num aumento do metabolismo basal e preservação da massa magra (CORREIA *et al.*, 2020). Os exercícios físicos, principalmente os de alta intensidade, dependem da biodisponibilidade de glicose. Assim, muitos autores, nos últimos anos, estudam os efeitos, também, desse estado de cetose no JI na performance atlética. A literatura é unânime na conclusão que os protocolos de JI são incapazes de influenciar de forma significativa o desempenho de força dos atletas no treino em testes de 1 repetição máxima (1RM). Carvalho *et al.* (2022), em sua revisão sistemática, indicaram que a força máxima de atletas avaliada por testes de 1RM e Força de Prensão Manual, parece não sofrer influência do JI, mesmo em diferentes protocolos como ART ou Ramadã. Porém, avaliando através do critério de contração voluntária máxima (CVIM), os resultados foram conflitantes. A maior parte dos estudos identificaram efeitos negativos do jejum neste fator, porém alguns outros encontraram nenhuma diferença significativa ou até mesmo desfechos positivos. Apesar de todos os estudos que avaliaram CVIM utilizarem o mesmo protocolo, apresentam falta de uniformidades, que pode ser atribuído a pouco controle das variáveis.

**Conclusão:** Os estudos, embora sejam unânimes em concluir que o JI parece não influenciar de forma relevante os atletas em treinamentos de força em geral, ainda necessitam de maior investigação, já que apresentam resultados conflitantes em alguns critérios de avaliação de força, como a CVIM. Ensaios clínicos mais rigorosos e mais diversificados devem ser adotados para uma conclusão mais definitiva.

## Referências

- BEZERRA, E. S. *et al.* Resistance training exercise selection: efficiency, safety and comfort analysis method. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, v. 23, n. e82849, p.1-11, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbcdh/a/d4vVSM8cHpT7q3Xsbj79WKM/?lang=en>. Acesso em: 28 fev. 2023.
- CARVALHO, T. R. *et al.* Efeito do jejum intermitente no desempenho de força muscular: uma revisão sistemática. **Revista Brasileira De Educação Física E Esporte**. v. 36, n.1, p.1-15, 2022. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rbefe/article/view/188613>. Acesso em: 28 fev. 2023.
- CHARLOT, A. *et al.* Beneficial Effects of Early Time-Restricted Feeding on Metabolic Diseases: Importance of Aligning Food Habits with the Circadian Clock. **Nutrients**, v. 13, n. 5, p. 1-16, 2021. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8143522/>. Acesso em: 28 abr. 2023
- CORREIA, J. M. *et al.* Effects of Intermittent Fasting on Specific Exercise Performance Outcomes: A Systematic Review Including Meta-Analysis. **Nutrients**, v. 12, n. 5, p. 1390, 2020. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7284994/>. Acesso em 01 set. 2023.
- LONGO, V. D.; PANDA, S. Fasting Circadian Rhythms, and Time-Restricted Feeding in Healthy Lifespan. **Cell Metabolism**, v. 23, n. 6, p. 1048-1059, 2016. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5388543/>. Acesso em: 28 abr. 2023.
- SIMMONS, N. *et al.* Are Circadian Rhythms a New Frontier in Athletic Performance? **Current Sports Medicine Reports**, v. 21, n. 1, p. 5-7, 2022. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35018891/>. Acesso em: 28 abr. 2023.
- TINSLEY, G. M. *et al.* Time-restricted feeding in young men performing resistance training: A randomized controlled trial. **European Journal of Sport Science**, v. 17, n. 2, p. 200–207, 2016. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27550719/>. Acesso em 28 fev. 2023.

---

## A MODULAÇÃO DA MICROBIOTA INTESTINAL E A RESPOSTA NO TRATAMENTO DO CÂNCER

Juliana Negrão Lordelo Gurgel<sup>1</sup>, Fabiane Valentini Francisqueti Ferron<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Aluna de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB – ju.negrao@yahoo.com.br

<sup>2</sup>Professora do curso de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB-  
fabiane.ferron@fibbauru.br

**Grupo de trabalho:** NUTRIÇÃO

**Palavras-chave:** Microbiota; Microbioma; Microbioma Humano; Microbioma Intestinal, Modulação da Microbiota; Câncer

**Introdução:** Por definição, câncer é o nome dado a diversas doenças que apresentam um crescimento desordenado de células, que podem tanto atingir tecidos adjacentes ou órgãos distantes (BRASIL, 2022). Depois das doenças cardiovasculares, é a segunda causa de óbito na maioria dos países desenvolvidos e também contribui significativamente para as taxas de mortalidade entre adultos nos países em desenvolvimento (OPAS, 2020). Os tumores podem surgir em qualquer parte do corpo; no entanto, existem órgãos mais comumente afetados pela doença. Dentre os tipos mais comuns de câncer estão o de próstata nos homens, e o de mama, nas mulheres (OPAS, 2020). Estudos sugerem que a microbiota intestinal tem impacto na imunidade do paciente com câncer de várias formas, podendo ajudar com uma resposta imune adaptável ao tratamento (HELMINK *et al.*, 2019). Assim, a modulação da microbiota torna-se alvo terapêutico para maior eficácia do tratamento oncológico.

**Objetivos:** Avaliar o efeito da modulação da microbiota intestinal, pela nutrição, na resposta do paciente ao tratamento de câncer.

**Relevância do Estudo:** Alterações na Microbiota Intestinal criam um ambiente de disbiose, induzindo ou agravando doenças como o câncer, além de influenciar na resposta ao tratamento.

**Materiais e métodos:** Trata-se de uma revisão de literatura narrativa que englobou artigos publicados no período de 2017 a 2023, em português e inglês, disponíveis nas seguintes bases de dados: Scielo (Scientific Electronic Library), Pubmed, BVS (Biblioteca Virtual da Saúde) e na plataforma de buscas Google Acadêmico.

**Resultados e discussões:** No corpo humano existem trilhões de células microbianas, as quais com suas ações coordenadas, são muito importantes para a vida humana. A colonização da microbiota se inicia logo após o nascimento. Desta forma, vários estudos correlacionam como a composição e desenvolvimento inicial da microbiota humana podem afetar a saúde dos adultos (MILANI *et al.*, 2017). Fatores genéticos e ambientais também modulam a composição da microbiota intestinal, exercendo um papel fundamental na modulação da resposta imunitária, a nível intestinal e extra intestinal, controlando também o desenvolvimento de algumas doenças autoimunes, alérgicas e de determinados tipos de câncer (TURRONI *et al.*, 2020). O trato gastrointestinal pode conter mais de 70% de todos os micróbios do corpo humano, e lá se encontram as comunidades microbianas mais importantes do ser humano. Porém, os microrganismos essenciais para a saúde do hospedeiro podem também contribuir para o desenvolvimento de câncer (YANGYANQIU *et al.*, 2023). Chama-se disbiose o desequilíbrio da comunidade microbiana em relação ao estado normal. Esta disbiose prejudica a homeostase do hospedeiro por alterar a modulação imunitária, o metabolismo e a síntese de nutrientes (DIXIT *et al.*, 2021). Estudos mostram

não só o papel da microbiota intestinal no desenvolvimento e na progressão do câncer, mas seu papel na eficácia e toxicidade dos agentes quimioterapêuticos e dos compostos imunoterapêuticos. Desta forma, a microbiota molda os resultados oncológicos e agora, sua modulação, é utilizada no desenvolvimento de novas abordagens terapêuticas personalizadas no tratamento do câncer. Muita atenção tem sido dada à dieta, assim como à interação dieta-câncer-microbiota na etiologia da doença, por ela ter um impacto significativo na composição da microbiota intestinal. O metabolismo de dietas ricas em fibras e de ácidos graxos de cadeia curta (AGCC) advindos da dieta como o butirato, os aminoácidos de cadeia ramificada e os ácidos biliares, além do jejum, tem sido sugeridos como uma forma importante de melhorar os efeitos adversos do tratamento. Estudos clínicos também analisaram a eficácia dos probióticos na prevenção, progressão do câncer e sua influência nos resultados terapêuticos. A administração de probióticos combinados com cloridrato de irinotecano (medicamento indicado para tratamento como agente único de pacientes com neoplasia) ocasionou a redução da diarreia e da perda de peso em ratos, aumentando também a proliferação das viscosidades intestinais e inibição da apoptose. Outro resultado com relação aos *Lactobacillus casei* e *rhamnosus* e o *Bifidobacterium bifidum*, mostra efeitos benéficos contra a diarreia induzida pela quimioterapia em ratos (CHRYSOSTOMOUS *et al.*, 2022).

**Conclusão:** Pode-se concluir que a modulação da microbiota se torna alvo terapêutico para maior eficácia do tratamento oncológico. Abordagens inovadoras para a modulação da microbiota intestinal em ambientes clínicos podem melhorar a eficácia da terapia e diminuir os efeitos tóxicos derivados dos agentes antineoplásicos para benefício dos doentes.

#### Referências:

- BRASIL. Instituto Nacional do Câncer- INCA. **O que é câncer**. 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/inca/pt-br/assuntos/cancer/o-que-e-cancer>. Acesso em: 28 fev. 2023.
- CHRYSOSTOMOUS, D. *et al.* Gut Microbiota Modulation of Efficacy and Toxicity of Cancer Chemotherapy and Immunotherapy. **Gastro Journal**, v. 164, n. 2, p. 198-213, 2022. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36309208/> Acesso em: 18 jul. 2023.
- DIXIT, K. *et al.* Restoration of dysbiotic human gut microbiome for homeostasis, **Life Sci.** v. 1, n. 278, p. 119622, 2021. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34015282/>. Acesso em: 17 ago. 2023.
- HELMINK, B.A. *et al.* The microbiome, cancer, and cancer therapy. **Nature Medicine**, v. 25, n. 1, p. 377-388, 2019. Disponível em: <https://www.nature.com/articles/s41591-019-0377-7>. Acesso em: 10 mar. 2023.
- MILANI, C. *et al.* The First Microbial Colonizers of the Human Gut: Composition, Activities, and Health Implications of the Infant Gut Microbiota. **Microbiol Mol Biol Rev**, v. 81, n. 4, p. e00036-17, 2017. Disponível em: <https://journals.asm.org/doi/10.1128/MMBR.00036-17>. Acesso em: 12 mar. 2023.
- OPAS. Organização Panamericana da Saúde. **Câncer**. 2020. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/topicos/cancer>. Acesso em: 20 mar.2023.
- TURRONI, F. *et al.* The infant gut microbiome as a microbial organ influencing host well-being. **Italian Journal of Pediatrics**, v. 46, n.16, p. 1-13, 2020. Disponível em: <https://ijponline.biomedcentral.com/articles/10.1186/s13052-020-0781-0>. Acesso em: 13 mar. 2023.
- YANGYANQIU, W. *et al.* Gut microbes involvement in gastrointestinal cancers through redox regulation. **Gut Pathogens**, v. 15, n. 35, p. 1-10, 2023. Disponível em: <https://gutpathogens.biomedcentral.com/articles/10.1186/s13099-023-00562-z>. Acesso em: 10 set. 2023.

---

## ESTRATÉGIAS PARA O MANEJO DA SELETIVIDADE ALIMENTAR DA PRIMEIRA INFÂNCIA

Gabriella Paes de Luca<sup>1</sup>; Lucélia Campos Martins<sup>2</sup>;

<sup>1</sup>Aluna de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB – gabrielladeluca@hotmail.com

<sup>2</sup>Professora de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – luceliacampos@uol.com.br

**Grupo de trabalho:** CURSO DE NUTRIÇÃO

**Palavras-chave:** Seletividade alimentar, Crianças seletivas, Introdução alimentar, família, conduta; Educação alimentar nutricional.

**Introdução:** A primeira infância é o período compreendido desde a concepção até o sexto ano de vida. Durante este período conflitos alimentares são muito frequentes e geram uma grande preocupação nos pais. Esses conflitos se caracterizam por oscilações do apetite, até situações de recusas alimentares graves que podem pôr em risco a saúde da criança. A influência da família é inquestionável, pois, dependendo da sua rotina diária, ela poderá determinar uma alimentação saudável ou não (MULLER, SALAZAR, DONELLI, 2017). A seletividade alimentar é um comportamento frequente na infância, típico da fase pré-escolar, ocorre em crianças maiores de dois anos, mas, quando presente em ambientes familiares desfavoráveis, pode acentuar-se e permanecer até a adolescência. Segundo Padilha (2019) a escola tem um papel fundamental para que a criança tenha um convívio social além do núcleo familiar o que pode auxiliar na educação alimentar.

**Objetivo:** Fazer uma revisão da literatura baseada na análise de artigos referentes a seletividade alimentar desenvolvida no público infantil, na primeira infância

**Relevância do Estudo:** Entender quais são as dificuldades alimentares de crianças na primeira infância que desenvolvem seletividade alimentar, sua associação com práticas alimentares e hábitos alimentares.

**Materiais e métodos:** trabalho de revisão de literatura, no qual, foram analisados artigos científicos publicados em duas bases de dados científicas: SCIELO (Scidentific Eletrônico Library Online) e Pubmed (National Library of Medicine).

**Resultados e discussões:** Estudos sugerem que a seletividade alimentar na primeira infância está diretamente associada a menor qualidade da dieta. A alimentação das crianças pode ser melhorada através de uma mediação positiva e conhecimento nutricional dos pais. Estes têm uma influência significativa no desenvolvimento das preferências alimentares de seus filhos por meio de seus próprios comportamentos e escolhas alimentares. Quanto a introdução de novos alimentos, o sucesso depende de paciência, afeto e apoio dos cuidadores, envolvendo a família de forma positiva. Os sabores experimentados nos primeiros meses podem influenciar as preferências futuras, e a forma como os alimentos são introduzidos e apresentados tem impacto na aceitação a longo prazo. Embora seja comum que crianças rejeitem novos alimentos, isso não deve ser interpretado como uma aversão permanente. Geralmente, são necessárias várias exposições (pelo menos dez vezes) a um novo alimento para que a criança o aceite com mais facilidade. Crianças seletivas em relação à alimentação geralmente apresentam uma tríade de comportamentos, incluindo recusa de comida, pouco apetite e desinteresse por alimentos (BOBADRA, 2018). É importante notar que essa seletividade alimentar pode ser uma fase transitória, parte do processo de adaptação a novos alimentos. Na fase inicial da seletividade alimentar, é comum que os pais busquem avaliação médica devido à preocupação com a saúde de seus filhos, pois a criança pode começar a restringir sua dieta. A orientação individualizada de um

profissional de saúde é fundamental para abordar essa questão de maneira adequada, considerando as necessidades específicas da criança e sua saúde. As inovações dietéticas podem aumentar a ingestão de alimentos, assim como a monotonia alimentar tende a acarretar a diminuição do apetite. Portanto, é recomendável avaliar o cardápio habitual da criança e sugerir alimentos apropriados para sua idade. Isso pode incluir a variação na composição das refeições e a adoção de diferentes preparações e apresentações para tornar as refeições mais atraentes e nutritivas. Várias correntes de conduta nutricional foram aparecendo durante os anos. Douglas (1998) sugere que seja feita uma lista das preferências alimentares da criança e que, semanalmente, sejam acrescentados dois novos alimentos com texturas similares ao grupo original. Spock (1960) observa que uma simples mudança no tempero é capaz de estimular a criança seletiva a comer outros alimentos, desejáveis. A corrente, majoritária entre os autores, sugere que se deva evitar a oferta de guloseimas entre as refeições, mantendo-se horários de alimentação, para que se estabeleça uma disciplina alimentar, dentro dos limites definidos pela própria família. É importante observar que, embora haja várias abordagens para crianças seletivas, alguns princípios são unânimes entre os especialistas. A orientação fundamental é que o ambiente durante as refeições deve ser descontraído e amistoso, com uma atmosfera marcada por boas conversas e o olhar cúmplice dos pais. A educação nutricional desempenha um papel fundamental na prevenção da seletividade alimentar em crianças. Seu objetivo principal é desenvolver atitudes apropriadas em relação à comida, considerando aspectos cognitivos, emocionais e comportamentais.

**Conclusão:** Cada caso de seletividade alimentar é único e requer uma abordagem individualizada, levando em consideração as características específicas da criança, da família e do ambiente em que ela vive. Problemas alimentares frequentemente estão relacionados a conflitos familiares que podem se manifestar na alimentação da criança. É importante buscar orientação de profissionais da área de saúde e nutrição para lidar com essas questões de forma adequada.

#### Referências –

- BOBADRA, S. B. S. **Determinantes da Seletividade Alimentar em Pré-escolares: uma revisão.** 2018. 42 f. Trabalho de conclusão de curso (Graduação em Nutrição) – Faculdade de Medicina, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre. 2018. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/handle/10183/188703> Acesso 04 abr. 2023.
- DOUGLAS, J. **Why won't my toddler eat?** Practitioner, 242: 516-22. 1998.
- MULLER, P. W.; SALAZAR, V.; DONELLI, T. M. S. Dificuldades Alimentares na Primeira Infância: uma revisão sistemática. **Estud. pesqui. psicol.** v. 17, n. 2, p. 635-652, 2017. Disponível em [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1808-42812017000200012&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812017000200012&lng=pt&nrm=iso). Acesso em 25 out. 2023.
- PADILHA, M. F. L. **Educação alimentar: um estudo de caso na escola Maria Teresa Vilanova Castilhos - Polivalente em Osório-RS.** 2019, 37 p. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Ciências da Natureza e Educação) Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2019. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/handle/10183/197757> Acesso 25 out. 2023.
- SPOCK, B. **Meu filho, meu tesouro.** 15ª ed. Rio de Janeiro: Record, 1960.

---

## A INFLUÊNCIA DE REDES SOCIAIS NO DESENVOLVIMENTO DE DISTÚRBIOS ALIMENTARES

Beatriz Lopes Spindola<sup>1</sup>; Eliriane Jamas Pereira<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Aluna de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB – blopes1702@gmail.com;

<sup>2</sup>Professora do curso de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB - eliriane@gmail.com

**Grupo de trabalho:** NUTRIÇÃO

**Palavras-chave:** Distúrbios; Rede sociais; Alimentação; Padrão de Beleza.

**Introdução:** Os transtornos alimentares possuem uma grande interferência no modo de vida e estão associados com desordens do comportamento alimentar, os quais são mais susceptíveis ao apelo midiático atual (CRUZ, 2018). Assim como as causas são multifatoriais os números envolvendo os transtornos alimentares apresentam-se imprecisos e de difícil compreensão devido, principalmente, a multiplicidade de instrumentos de rastreamento e de critérios diagnósticos (UZUNIAN, VITALLE, 2015).

**Objetivos:** O presente estudo tem como objetivo, por meio de revisão da literatura, relacionar os riscos das influências das mídias sociais no desenvolvimento dos distúrbios alimentares.

**Relevância do Estudo:** Nas redes sociais há publicações sobre alimentação, dietas, treinos e de como deve ser um corpo perfeito. Percebe-se o aumento de pessoas que executam dietas radicais ou procedimentos estéticos excessivos que interferem na funcionalidade natural do organismo e acarretam prejuízos físicos, psicológicos e sociais ao indivíduo, desenvolvendo-se muitas vezes inúmeros distúrbios relacionados à alimentação. Sendo necessária uma intervenção profissional precoce para ter um sucesso maior ao tratamento para identificar os fatores de riscos e de causas do distúrbio no indivíduo.

**Materiais e métodos:** O presente estudo constitui uma revisão bibliográfica, com levantamento de dados de 2014 a 2022, nas principais bases de dados científicas: Scientific Electronic Library Online (SCIELO) e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Os artigos apurados são originais e de revisão que abordam sobre o tema do estudo e assuntos correspondentes, nos idiomas de inglês e português.

**Resultados e discussões:** A busca pelos novos padrões de beleza demonstra de forma clara como a insatisfação e a procura pelo ideal tornam-se mais frequente, transformando-se numa epidemia, sendo cada vez mais frequente nas redes sociais (SANTOS; LIMA, 2019). Para o DSM-V – Manual Diagnóstico Estatístico de Transtornos Mentais (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2014), os transtornos alimentares são caracterizados por uma perturbação persistente na alimentação ou no comportamento relacionado à alimentação que resulta no consumo ou na absorção alterada de alimentos e que compromete significativamente a saúde física ou o funcionamento psicossocial. Há diferentes transtornos sendo alguns deles, o transtorno de anorexia nervosa, bulimia nervosa, ortorexia. Os transtornos têm prevalência principalmente sexo feminino, com a estimativa de 0,5% a 1% para a anorexia, sendo que a incidência de novos casos em mulheres jovens pode chegar a 1,43 por 100 mil indivíduos por ano (MARCHI; BARATTO, 2018). Já os casos de bulimia em adolescentes do sexo feminino variam de 1 a 1,5%, atingindo seu pico no fim da adolescência e início da idade adulta, a prevalência é maior entre adultos (SEBASTIÃO; SAMPAIO; BARBOSA, 2018). Os estudos sobre ortorexia coloca que são indivíduos com escolhas alimentares extremas e exclusivas, direcionadas a alimentos saudáveis. Porém, os estudos realizados até o momento mostram uma importância desse comportamento, dessa forma, aponta que a ortorexia nervosa se foca no bem-estar e na saúde, já na anorexia e bulimia nervosa tem um foco exclusivo na imagem corporal (CAMILLO, 2022). As redes sociais, possuem uma expressiva influência no comportamento alimentar e estão associadas com a insatisfação corporal, devido ao elevado apelo de culto à magreza, pela busca desenfreada por um 'padrão de beleza' inatingível, sendo possíveis gatilhos para aumentar uma distorção de imagem corporal

(SANTOS; LIMA, 2019). O tratamento dos TAs necessita de uma equipe multidisciplinar como médico psiquiatra, psicólogo e o nutricionista. Existem duas etapas para o tratamento: a experimental que é trabalhada de uma forma mais intensa a relação dos alimentos e seu corpo com o indivíduo atendido e a etapa educacional é apresentada uma alimentação saudável, os tipos e funções de nutrientes, quais são as fontes como também demonstrar quais as consequências que podem estar presentes com as restrições dos mesmos (MOARES; MARAVALHAS; MOURILHE, 2019).

**Conclusão:** Conclui-se que as redes sociais exercem uma influência extremamente significativa sobre os usuários, transcendendo barreiras de faixa etária, gênero, etnia e classe social. Sendo, de extrema importância uma intervenção multidisciplinar antecipada.

#### Referências

CAMILLO, G. M. Ortorexia Nervosa. **BWS Journal**, v. 5, p. 1–9, 2022. Disponível em: <https://bwsjournal.emnuvens.com.br/bwsj/article/download/360/192/1233>. Acesso em: 16 set. 2023.

CRUZ, K.F. **Corpo feminino ganhando poder sobre o mesmo**. 2018. 36 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Artes Visuais) – Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, MG, 2018. Disponível em: <https://repositorio.ufu.br/handle/123456789/22347>. Acesso em: 19 jun. 2023.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (APA). **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5**. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014, p.329.

MARCHI, P., BARATTO, I. Prevalência de ortorexia nervosa em acadêmicos do curso de Nutrição em uma Instituição de Ensino Superior no sudoeste do Paraná. **RBONE - Revista Brasileira De Obesidade, Nutrição E Emagrecimento**, v. 12, n. 74, p. 699-706, 2018. Disponível em: <http://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/771>. Acesso em: 14 maio 2023.

MORAES, C. E. F. DE; MARAVALHAS, R. DE A.; MOURILHE, C. O papel do nutricionista na avaliação e tratamento dos transtornos alimentares. **Debates em Psiquiatria**, v. 9, n. 3, p. 24–30, 30 set. 2019. Disponível em: <https://revistardp.org.br/revista/article/view/51>. Acesso em: 19 jun. 2023

SANTOS, A, L.; LIMA, B. L. **Coleção de moda paradoxo da pressão da “beleza ideal”**: ser. 2019. 45 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Tecnólogo em Design de Moda) - Instituto Federal de Santa Catarina, Gaspar, SC, 2019. Disponível em: <https://repositorio.ifsc.edu.br/bitstream/handle/123456789/2266/TCC%20-%20Louise%20Am%20a1bile%20dos%20Santos.pdf?sequence=1&isAllowe=y>. Acesso em: 14 mar. 2023.

SEBASTIÃO, J.R.I.; SAMPAIO, D.; BARBOSA, M. R. Prevalência e fatores de risco das Perturbações do Comportamento Alimentar, em adolescentes dos 12 aos 18 anos, no Concelho de Manteigas. **Psilogos**, v. 16, n. 2, p. 31–45, 2018. Disponível em: <https://revistas.rcaap.pt/psilogos/article/download/15396/18261/96806>. Acesso em: 27 abr. 2023.

UZUNIAN, L. G.; VITALLE, M. S. DE S. Habilidades sociais: fator de proteção contra transtornos alimentares em adolescentes. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 20, n. 11, p. 3495–3508, nov. 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/hXdq3ndc6NLrBGQdJxxYHzh/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 29 mar. 2023.

## DESMAME E INTRODUÇÃO ALIMENTAR PRECOSES: REPERCUSSÃO NO DESENVOLVIMENTO DE ALERGIAS ALIMENTARES

Monike Rosa<sup>1</sup>; Fabiane Valentini Francisqueti Ferron<sup>2</sup>.

<sup>1</sup>Aluna de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB – mo.rosa019@gmail.com;

<sup>2</sup>Professora do curso de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB fabiane.ferron@fibbauru.br

**Grupo de trabalho:** Nutrição

**Palavras-chave:** Nutrição infantil; Nutrição; Desmame precoce; Introdução alimentar precoce; alergia alimentar; Aleitamento materno;

**Introdução:** O Aleitamento Materno Exclusivo (AME) tem um papel fundamental como prática protetiva à saúde da mãe e do lactente, refletindo positivamente no pleno potencial de crescimento e desenvolvimento da criança, programando-a metabolicamente para menor risco de ocorrência de doenças crônicas não transmissíveis, como por exemplo, obesidade, hipertensão arterial, diabetes, prevenindo o surgimento de alergias alimentares, além de proporcionar repercussões físicas e psíquicas importantes para a genitora que amamenta (HARTWIG *et al.*, 2017). A recomendação do AME é até o sexto mês de vida da criança; a partir disso, o aleitamento deve ser associado à introdução gradativa de outros alimentos sólidos, prosseguindo até os dois anos de idade ou mais (BRASIL, 2015). A alergia alimentar (AA) pode ser desencadeada nos seres humanos de formas diferentes, sendo elas genéticas ou por uma introdução precoce de um determinado alimento. Se os pais tiverem alergia a algum alimento, por exemplo, o filho tem uma grande chance de também de desencadear alergia ao mesmo alimento. Outro exemplo é quando o alimento é introduzido antes dos seis meses de vida, resultando em risco elevado da criança desenvolver alergia àquele alimento. Leite de vaca, ovo, amendoim e peixe são os principais alimentos estudados e que podem gerar alergia no indivíduo até o terceiro ano de vida, caso sejam introduzidos antes do sexto mês de idade (FRANCO *et al.*, 2022).

**Objetivo:** Esse trabalho teve como objetivo investigar a relação entre alergias alimentares desencadeadas ao decorrer da vida e desmame e introdução alimentar precoces.

**Relevância do Estudo:** Uma vez que uma grande parte da população ainda não tem o conhecimento certo sobre o período correto de desmame, introdução alimentar e as consequências disso, torna-se extremamente importante o papel do nutricionista para que esse assunto seja entregue de maneira correta para o maior número de pessoas possíveis, comprovando as relações entre crianças que tiveram o desmame/introdução alimentar no período indicado e crianças com desmame/introdução alimentar no período precoce ao indicado.

**Materiais e métodos:** Trata-se de uma revisão de literatura narrativa realizada por meio de consulta de artigos nas bases de dados eletrônicas: PubMed (U.S. National Library of Medicine National Institutes of Health), Lilacs (Informação em Saúde da América Latina e Caribe), SciELO (Scientific Eletronic Library Online) e a ferramenta para pesquisa Google Acadêmico. Foram incluídos estudos em português e inglês, publicados entre 2015 e 2022.

**Resultados e discussões:** A alergia alimentar (AA) compreende um conjunto de reações imunológicas adversas a alimentos, dependentes de mecanismos imunológicos, mediadas por anticorpos ou células. Ainda não é totalmente conhecida a etiologia da AA, mas sabe-se que a potência antigênica de alguns alimentos, histórico familiar e alterações intestinais parecem ter um papel muito importante na determinação da doença (BERZUINO *et al.*, 2017). Atualmente, a principal indicação é que introdução alimentar ocorra a partir dos 6

meses de idade, existindo uma “janela de tempo” até os 12 meses onde devem ser ofertados todos os grupos alimentares, principalmente os potencialmente alergênicos, para que ocorra uma resolução eficaz na AA. Se ofertado antes dos 6 meses, pode desenvolver a AA e se ofertado após os 12 meses, não tem comprovação de eficácia na prevenção, podendo ocorrer a AA dentre os 3 até os 5 anos de idade. O leite humano é um alimento com características hipoalergênicas, sendo composto por fatores tróficos, anticorpos, propriedades anti-inflamatórias e imunomoduladores que favorecem o desenvolvimento da função da barreira imunológica e não imunológica da mucosa intestinal, protegendo o lactente contra as AA. Sendo assim, o desmame precoce tem consequências potencialmente danosas à saúde do bebê, já que ocorre a exposição precoce a agentes infecciosos, contato com proteínas estranhas e prejuízos ao processo de digestão (DE FREITAS *et al.*, 2021).

**Conclusão:** Conforme os dados apresentados, percebe-se a necessidade mais orientações sobre a importância do aleitamento materno exclusivo até os 6 meses e o início da introdução alimentar correta, devendo ofertar todos os tipos de alimentos até os 12 meses de vida do indivíduo para que tenha uma resposta eficaz do sistema imunológico. Vale lembrar que fora a alergia alimentar, o procedimento adequado do desmame e da introdução alimentar na idade correta, previne a criança contra inúmeras doenças como desnutrição, obesidade, diarreia, doenças cardiovasculares, vômitos e também influencia positivamente no desenvolvimento da fala, mastigação, crescimento, entre outras coisas.

#### Referências

- BERZUINO, M. B. *et al.* Alergia alimentar e o cenário regulatório no Brasil. **Revista eletrônica de Farmácia**, v. 14, n. 2, p.23-36, 2017. Disponível em: [https://www.researchgate.net/profile/Isabela-Pereira-3/publication/319994442\\_ALERGIA\\_ALIMENTAR\\_E\\_O\\_CENARIO\\_REGULATORIO\\_NO\\_BRASIL/links/59e6290f0f7e9b4f49a9720d/ALERGIA-ALIMENTAR-E-O-CENARIO-REGULATORIO-NO-BRASIL.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Isabela-Pereira-3/publication/319994442_ALERGIA_ALIMENTAR_E_O_CENARIO_REGULATORIO_NO_BRASIL/links/59e6290f0f7e9b4f49a9720d/ALERGIA-ALIMENTAR-E-O-CENARIO-REGULATORIO-NO-BRASIL.pdf). Acesso em: 12 ago. 2023.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Saúde da criança: aleitamento materno e alimentação complementar**. Brasília: Ministério da Saúde, 2015. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude\\_crianca\\_aleitamento\\_materno\\_cab23.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_crianca_aleitamento_materno_cab23.pdf). Acesso em: 19 mar. 2023
- DE FREITAS, I. E. C. *et al.* Relação entre o desmame e a introdução alimentar precoce no surgimento das alergias alimentares: Uma revisão da literatura expandida / Relationship between weaning and early food introduction in the onset of food allergies: An expanded literature review. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 4, n. 3, p. 12853–12863, 2021. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/31161/pdf>. Acessado em 09 set. 2023.
- FRANCO, J. M. *et al.* Introdução dos alimentos no primeiro ano de vida e prevenção da alergia alimentar: quais as evidências? **Arquivos de Asmas Alergia e Imunologia**, v. 6, n. 1, p.49-57, 2022. Disponível em: [https://docs.bvsalud.org/biblioref/2022/11/1400098/en\\_v6n1a03.pdf](https://docs.bvsalud.org/biblioref/2022/11/1400098/en_v6n1a03.pdf). Acesso em: 19 mar. de 2023.
- HARTWIG, F. P. *et al.* Correction: Breastfeeding effects on DNA methylation in the offspring: A systematic literature review. **PLoS ONE**, v. 12, n. 4, p. e0175604, 2017. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28257446/>. Acesso em: 19 mar. 2023.

## ALIMENTAÇÃO ESCOLAR: BENEFÍCIOS E CARÊNCIAS NUTRICIONAIS RELACIONADOS COM O APRENDIZADO DE CRIANÇAS EM FASE PRÉ-ESCOLAR

Izabelly Bento Gonçalves Rafacho<sup>1</sup>; Eliriane Jamas Pereira<sup>2</sup>;

<sup>1</sup>Aluna de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB – izabelly2805rafacho@gmail.com;

<sup>2</sup>Professora do curso de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB – eliriane@gmail.com

**Grupo de trabalho:** NUTRIÇÃO.

**Palavras-chave:** Alimentação escolar; Benefícios nutricionais; Carências nutricionais; Aprendizado; Pré-escolares.

**Introdução:** O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) foi criado em 1979 e é administrado pelo governo federal, o qual, repassa verbas financeiras de fevereiro a novembro respeitando os duzentos dias letivos. Possui como objetivo o crescimento e desenvolvimento biopsicossocial, a aprendizagem, o rendimento escolar e a formação de práticas alimentares saudáveis, além de ser responsável por ofertar alimentação e orientação nutricional para estudantes da educação infantil, ensino fundamental, ensino médio e educação de jovens e adultos (BRASIL, 2023). De acordo com as diretrizes do PNAE, a refeição fornecida deve ser balanceada e saudável para suprir parte das necessidades nutricionais dos estudantes afim de manter um padrão de concentração e aumentar o desempenho do aluno em sala de aula (BRASIL, 2020).

**Objetivos:** O estudo possui como objetivo geral descrever a rotina de alimentação escolar das crianças, no qual a mesma, apesar de possuir diversos fatores benéficos, apresentam carências nutricionais que interferem diretamente no aprendizado dos estudantes.

**Relevância do Estudo:** O PNAE contribui para o crescimento fisiológico e social do aluno, além de aumentar o seu rendimento escolar e incentivar a alimentação saudável. Contudo, ao longo dos anos o programa não sofreu reajustes de repasse, e conseqüentemente, apresenta grande defasagem na alimentação de crianças, jovens e adultos, já que muitos nutricionistas não conseguem manter um padrão de cardápio nutritivo e adequado para suprir as necessidades nutricionais dos educandos devido ao baixo repasse para as prefeituras.

**Materiais e métodos:** O presente estudo consistiu em pesquisas de revisão bibliográfica com o levantamento de artigos originais datados entre os anos de 2013 e 2023, nas principais bases de dados científicas: National Library of Medicine, Scientific Electronic Library Online, Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciência da Saúde e Biblioteca Virtual em Saúde.

**Resultados e discussões:** A alimentação saudável relaciona-se com o desenvolvimento eficaz da criança, no qual o Estado assegura a partir da criação do PNAE, ofertando cerca de 50 milhões de refeições por dia para os mais de 42 milhões de alunos beneficiados. O programa melhora o desempenho da educação, no qual a alimentação está ligada com a aprendizagem do aluno (GOMES *et al*, 2021). De acordo com a Resolução nº06 de 2020, em fase pré-escolar/creche a necessidade para crianças no período parcial é de no mínimo 30% do valor calórico total podendo ser dividida em 2 refeições, já em período integral, a necessidade que deve ser suprida é de 70% do valor calórico total podendo ser subdividida em 3 refeições. Para a elaboração do cardápio, é importante levar em consideração a diversidade de hábitos alimentares, cultura alimentar e necessidade energética, porém além da aplicação dessas considerações, o PNAE coloca em sua resolução normas a serem seguidas na elaboração do cardápio escolar tendo como base a utilização de alimentos in natura ou minimamente processados (SILVA *et al*, 2023). Dentre as regras está a oferta de no mínimo, 280g/estudantes/semana de frutas *in natura*, legumes e verduras em período parcial e 520g/estudante/semana em período integral. Pela resolução 06/2020 entende-se que a bebida à base de fruta não substitui a oferta da fruta *in natura*. Outro ponto colocado para a elaboração dos cardápios é a inclusão de alimentos fonte de ferro heme 4x/semana, além da recomendação da oferta de alimentos ricos em vitamina C juntamente com alimentos fontes de ferro não heme, afim de melhorar a absorção do mineral. As refeições

ricas em alimentos fontes de vitamina A, devem estar presentes, pelo menos, 3x/semana. E por fim destaca-se o limite na oferta de produtos cárneos, legumes e verduras em conserva, bebidas lácteas, biscoito, bolo, doces, margarina e creme vegetal para 1x/semana, além da proibição total da oferta de gordura trans, alimentos ultraprocessados e adição de açúcar, mel e adoçante em preparações culinárias para crianças de até três anos. Já para os maiores é estabelecido um limite de 7% de açúcar na oferta desses alimentos (CARNEIRO, 2022). O cardápio elaborado e consumido adequadamente influenciará no desempenho do aluno, pois fatores como a fome e a baixa variedade de nutrientes influenciam na rotina escolar da criança, além de fatores como a qualidade do sono, exercício físico, baixo nível socioeconômico, entre outros. Em comunidades de baixa renda, em grande maioria, a alimentação escolar é a única refeição do dia para determinadas crianças, com a ausência da merenda ou a baixa oferta de alimentos o desempenho do aluno pode diminuir devido à influência no desenvolvimento cognitivo, motor e afetivo da criança, por outro lado a criança alimentada adequadamente mostra-se mais disposta no aprendizado (ALVES; BANDEIRA, 2022).

**Conclusão:** De acordo com o presente estudo, pode-se concluir que o PNAE beneficia diversas crianças e adolescentes pela oferta dos alimentos, porém, em níveis de desnutrição, as refeições não suprem as necessidades nutricionais dos alunos com uma única refeição, podendo causar consequências no aprendizado dos estudantes devido aos baixos níveis de concentração por fome.

**Referências:**

ALVES, S. T. C.; BANDEIRA, D. C. C. **NUTRIÇÃO ESCOLAR: Influência da alimentação no processo de ensino e aprendizagem de crianças e adolescentes em escolas públicas do Brasil.** 2022. 17 p. Trabalho de Conclusão de Curso - Instituto Federal Goiano, Iporá, 2022. Disponível em: <https://repositorio.ifgoiano.edu.br/handle/prefix/3277> Acesso 12 maio 2023.

BRASIL. Fundo Nacional para o Desenvolvimento da Educação. **Programa Nacional de Alimentação Escolar.** 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae>. Acesso em: 01 abr.2023.

BRASIL. Resolução CD/FNDE nº6, de 08 de maio de 2020. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE. **Diário Oficial da União:** Seção 1, ed. 89, p. 38, Brasília, DF, 12 maio 2020. Disponível em: <https://cecanesc.paginas.ufsc.br/files/2020/05/RESOLU%C3%87%C3%83O-N%C2%BA-6-DE-8-DE-MAIO-DE-2020-RESOLU%C3%87%C3%83O-N%C2%BA-6-DE-8-DE-MAIO-DE-2020-DOU-Imprensa-Nacional.pdf>. Acesso em: 9 abr. 2023.

CARNEIRO, M. T. S. **Avaliação da atuação do nutricionista no programa nacional de alimentação escolar no centro-oeste brasileiro.** 2022. 62 p. Dissertação (Mestrado em Alimentos, Nutrição e Saúde) - Universidade Federal da Grande Dourados, Dourado, 2022. Disponível em: [repositorio.ufgd.edu.br](https://repositorio.ufgd.edu.br) Acesso 20 ago. 2023.

GOMES, L. S. *et al.* Impactos do programa nacional de alimentação escolar (PNAE) sobre as escolas públicas no nordeste brasileiro. **Revista Econômica do Nordeste**, [S. l.], v. 52, n. 2, p. 103–120, 2021. Disponível em: <https://bnb.homologacao.emnuvens.com.br/ren/article/view/1213>. Acesso em: 20 ago. 2023.

SILVA, J. A. *et al.* Adequação dos cardápios escolares e exigências do programa nacional de alimentação escolar: uma revisão sistemática. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v. 23, n.1, p. 9. 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbsmi/a/yshcbYTHszgKkYPPFB4mFsy/?lang=pt>. Acesso em: 13 jun. 2023.

---

## INTRODUÇÃO ALIMENTAR: COMPARAÇÃO ENTRE O MÉTODO TRADICIONAL, METODO BLW E BLISS

Lara de Almeida Furquim<sup>1</sup>; Eliriane Jamas Pereira<sup>2</sup>;

<sup>1</sup>Aluna de Administração – Faculdades Integradas de Bauru – FIB – larafurquim@gmail.com;

<sup>2</sup>Professora do curso de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB - eliriane@gmail.com

**Grupo de trabalho:** NUTRIÇÃO

**Palavras-chave:** Nutrição infantil, Introdução alimentar, Métodos de introdução, Desmame.

**Introdução:** Os primeiros anos de vida de uma criança são caracterizados por uma rápida velocidade de crescimento e desenvolvimento digestório e neuropsicomotor. É um período fundamental para a criação de hábitos alimentares saudáveis dessa criança e também uma fase em os pais apresentam diversas dúvidas e inseguranças de como proceder com a alimentação (SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA - SBP, 2017). A introdução alimentar deve ocorrer de forma lenta e gradual, respeitando a individualidade do bebê e da família, e deve atender as necessidades energéticas com complementação do leite materno além de ser variada, garantindo aporte nutricional de vitaminas e minerais necessários para o crescimento do bebê. Além disso é importante que o bebê não abandone o leite materno (BEAL, 2016; VICTORIA, *et al.*, 2016). Existem três possibilidades para iniciar o processo de alimentação: introdução alimentar tradicional, "*baby led-weaning*" (BLW) e *Baby-Led Introduction to Solids* (BLISS) (BRASIL, 2023; SBP, 2017).

**Objetivo:** O presente trabalho tem como objetivo mostrar as diferenças entre os métodos de alimentação (Introdução alimentar tradicional, BLW e BLISS) na introdução alimentar de bebês e suas repercussões na saúde infantil.

**Relevância do Estudo:** Mostrar aos pais e cuidadores a importância da introdução alimentar correta e os métodos possíveis dessa introdução.

**Materiais e métodos:** Foi realizado o estudo de revisão bibliográfica com levantamento dos artigos dos anos de 2013 a 2023, nas principais bases de dados científicas: Scientific Electronic Library Online (SciELO), Google acadêmico e Science Direct.

**Resultados e discussões:** Como mencionado existem diversos métodos para a introdução alimentar, sendo que o método tradicional consiste nas famosas papinhas, alimentos amassados ou batidos no liquidificador. Sua consistência vai sendo modificada ao longo dos meses, por pedaços maiores dos alimentos, mas guiado pelos pais, sem que a criança tenha o contato direto com o alimento (BRASIL, 2023). O método BLW, cuja tradução é desmame guiado pelo bebê, significa que a criança determina o que quer comer, no momento que desejar e na quantidade que achar necessária. Ela quem deve pegar os alimentos com as próprias mãos para serem levados até a boca, mastigados e engolidos. É necessário que os alimentos sejam separados no prato, para que o bebê sinta o real sabor de cada alimento individualmente. Já o método BLISS, cuja tradução é introdução de sólidos guiado pelo bebê, consiste na adaptação do BLW; assim a grande diferença entre os dois métodos é a seleção dos alimentos ofertados (SBP, 2017). Nesse método é importante que seja oferecido um alimento rico em ferro a cada refeição, oferecer alimento de alta densidade energética e oferecer alimentos que o bebe possa pegar com a própria mão. Não é proibido o uso de alimentação tradicional com colher e texturas amassadas. Os métodos podem ser associados, de modo a resultar em uma refeição completa e balanceada. Os estudos de Beal (2016), Ministério da Saúde (BRASIL, 2023), Cameron (2013), Manual de alimentação (SBP, 2017) e Victoria (2016), observaram que o BLW e BLISS são pouco

conhecidos por grande parte população, o que acaba gerando receio aos pais na inclusão dos métodos, diferentemente do método tradicional que já é comum por toda população. Até o momento, não existem recomendações, notas ou referências oficiais de agências ou sociedades de saúde de nenhum país para o BLW. Os profissionais, em sua maioria, concordam que o método BLW pode trazer vantagens, tornando os bebês mais propensos a compartilharem refeições em família, facilitando a adaptação aos sabores e às consistências dos alimentos, potencializando a mastigação e favorecendo o desenvolvimento de habilidades motoras, porém manifestaram-se discordâncias importantes em relação à conveniência e ao argumento de gerar menos preocupação ou ansiedade para os pais (CAMERON *et al.*, 2013).

**Conclusão:** Com relação aos estudos, percebe-se que os métodos tradicional, BLW e BLISS, possuem pontos positivos e que podem ser melhorados, e que um caminho para oferecer o melhor para o aprendizado alimentar de bebês poderia ser a união dos dois métodos, em um método misto que associa o que é bom de um para minimizar a falha do outro. O essencial para os pais é receber orientações de como conduzir a introdução alimentar de forma a suprir as necessidades nutricionais do bebê. O acompanhamento com pediatra e nutricionista é essencial para garantir as necessidades nutricionais desta fase e para a orientação dos pais.

### Referências Bibliográficas

- BEAL, J.A. Evidence for best practices in the neonatal period. **American Journal of Maternal Child and Nurses**, v. 30, n. 6, p. 397-403. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/16260945/>. Acesso em: 15 abr. 2023.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Os desafios de oferecer novos alimentos aos bebês**. Disponível em: <https://bvsmis.saude.gov.br/os-desafios-de-oferecer-novos-alimentos-aos-bebes/>. Acesso em: 30 abr. 2023.
- CAMERON, S. L. *et al.* Parent-led or baby-led? Associations between complementary feeding practices and health-related behaviours in a survey of New Zealand families. **BMJ Open**, v. 3, n. 12, p. 1-10, 2013. Disponível em: <https://bmjopen.bmj.com/content/3/12/e003946>. Acesso em: 20 mar. 2023.
- SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. **Manual de Alimentação**: orientações para alimentação do lactente ao adolescente, na escola, na gestante, na prevenção de doenças e segurança alimentar. 4ª. ed. São Paulo: SBP, 2018. 172 p. Disponível em: <https://www.sbp.com.br/departamentos/nutrologia/manuais/>. Acesso em: 20 mar. 2023.
- VICTORIA, C.G. *et al.* Breastfeeding in the 21st century: epidemiology, mechanisms, and lifelong effect. **Lancet**, v. 387, p. 475–90, 2016. Disponível em: <https://www.bpni.org/Article/Breastfeeding-in-the-21st-century-epidemiologymechanisms.pdf>. Acesso em: 25 abr.2023.

---

## CONSUMO ALIMENTAR DO IDOSO E SEU ESTADO NUTRICIONAL NA COMUNIDADE

Adriana Aparecida Santos Portas<sup>1</sup>; Cariston Rodrigo Benichel<sup>2</sup>.

<sup>1</sup>Aluna de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB – portasadri@icloud.com

<sup>2</sup>Orientador e Docente do Curso de Enfermagem e Farmácia – Faculdades Integradas de Bauru – FIB  
- cariston.benichel@fibbauru.br

**Grupo de trabalho:** NUTRIÇÃO

**Palavras-chave:** Envelhecimento saudável; Consumo alimentar; População idosa; Qualidade de vida, nutrição.

**Introdução:** o processo de envelhecimento é inerente à vida humana. No Brasil, considera-se idoso aquele indivíduo com 60 anos ou mais, os quais estão inseridos numa tendência global de aumento exponencial, sequencial, acumulativo, irreversível e universal cuja estimativa é de que prevaleça em cerca de um terço da população até 2060 (BRASIL, 2021). O envelhecimento traz consigo a senescência, caracterizada por mudanças fisiológicas naturais, e a senilidade, fase em que surgem manifestações patológicas levando ao declínio funcional e à morte. A Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS, 2021) destaca a importância do envelhecimento saudável, envolvendo a otimização da capacidade funcional e a promoção da saúde física e mental, independência e qualidade de vida. Uma alimentação equilibrada e suficiente faz parte do conjunto de ações para um envelhecimento saudável.

**Objetivo:** Contextualizar os fatores que influenciam o padrão alimentar do idoso, destacando a importância da compreensão de suas necessidades nutricionais específicas para o delineamento de estratégias em prol da promoção da saúde permeada por nutrição saudável e sustentável.

**Relevância do Estudo:** o fomento científico com referencial teórico que contribua com discussões atinentes aos fatores que impactam os hábitos alimentares dos idosos certamente representa estratégia fundamental para o delineamento de uma pauta crucial que visa o desenvolvimento de políticas de saúde eficazes e intervenções personalizadas, oportunidade esta que justifica a realização deste estudo à luz do objetivo proposto.

**Materiais e Métodos:** tratou-se de uma revisão de literatura realizada durante o segundo e terceiro trimestre de 2023 a partir da pesquisa nas Bases de Dados Eletrônicas da *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Ministério da Saúde (MS). As buscas foram realizadas a partir do uso dos descritores “envelhecimento saudável”, “consumo alimentar”, “população idosa”, “qualidade de vida” e “nutrição”, utilizados individualmente e interligados pelos conectores booleanos “AND” e “OR”. Foram adotados como critérios de inclusão: publicações dos últimos dez anos no idioma português, com texto na íntegra e livre acesso. Foram excluídas as literaturas fora do período, publicadas em outros idiomas e fora do contexto e temática pleiteada. Para a composição deste resumo expandido foram utilizadas seis referências analisadas e apresentadas em formato narrativo-descritivo.

**Resultados e Discussões:** a população idosa está em constante expansão e possui necessidades únicas que devem ser levadas em consideração (BRASIL, 2021; OPAS, 2021).

As análises da literatura de referência mostram que vários fatores desempenham um papel importante na nutrição do idoso, influenciando diretamente sua saúde e qualidade de vida. Conforme relatado por Gomes *et al.* (2016) a má qualidade alimentar é um problema

recorrente nessa faixa etária, indicando a necessidade de intervenções para melhorar os hábitos alimentares. Souza *et al.* (2021) investigaram os efeitos do comportamento na dieta e destacaram como as más escolhas alimentares tais como de alimentos nutricionalmente ineficientes, ausência da inclusão de grupos alimentares essenciais e padrão vicioso do uso de industrializados motivados pela praticidade podem resultar em problemas de saúde durante o processo de envelhecimento. Discursos de Fusaro Junior *et al.* (2016) e Schirmer *et al.* (2020) convergem de que a frágil situação financeira também interfere na compra de alimentos de qualidade, gerando impacto negativo na alimentação e prejuízos na adesão às recomendações dietéticas.

**Conclusão:** com base nessas evidências verificou-se que alimentos nutricionalmente ineficientes, ausência da inclusão de grupos alimentares essenciais e padrão vicioso do uso de industrializados, bem como padrões sociais e econômicos são fatores que contribuem para más escolhas alimentares dentre os idosos. Torna-se fundamental o desenvolvimento de políticas de saúde para oferecer estratégias de enfrentamento dos desafios impostos pelo envelhecimento, sendo a orientação dos idosos e a sensibilização da equipe profissional que os assistem um investimento que impacta diretamente no bem-estar individual e coletivo, e que reflete em uma população dinâmica e saudável a longo prazo, reduzindo gastos públicos.

## Referências

- BRASIL. Ministério da Saúde. **Situação alimentar e nutricional da população idosa na atenção primária à saúde no Brasil**. Ministério da Saúde, 1. ed. Brasília, DF, 2021. Disponível em: <http://aps.saude.gov.br/biblioteca/visualizar/MjA2MA==>. Acesso em: 28 ago. 2023.
- FUZARO JUNIOR, G. *et al.* Alimentação e nutrição no envelhecimento e na aposentadoria. São Paulo, **E-book Scielo** [Internet], v. 1, p. 103-116, 2016. Disponível em: <https://books.scielo.org/id/n8k9y/pdf/costa-9788579837630-08.pdf>. Acesso em: 14 mar. 2023.
- GOMES, A. P. *et al.* Baixa qualidade da dieta de idosos: estudo de base populacional no sul do Brasil. **E-book Scielo** [Internet], v. 21, n.11, p. 3417-28, 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/hGWgrKcd3WBvn5HpKpp4MDv/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 21 mar. 2023.
- ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE. **Envelhecimento saudável** [internet], 2021. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/envelhecimento-saudavel>. Acesso em: 28 ago. 2023.
- SCHIRMER, C. L. *et al.* Adesão aos dez passos para uma alimentação saudável em pessoas idosas. **Rev. Soc. Pesq.**, Rio de Janeiro, RJ, v. 10, n. 3, p. 501-509, set./dez. 2020. Disponível em: [https://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/03/880322/11\\_5896-claudineis-chimer\\_norm\\_port\\_ingl.pdf](https://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/03/880322/11_5896-claudineis-chimer_norm_port_ingl.pdf). Acesso em: 08 abr. 2023.
- SOUZA, D. B. G. *et al.* Influência comportamental do idoso frente ao processo de senescência e senilidade. **Rev. Bras. Intens.**, São Paulo, SP, v. 3, n. 4, out. 2021. Disponível em: <https://revistarebis.rebis.com.br/index.php/rebis/article/view/314>. Acesso em: 09 ago. 2023

## ANÁLISE FÍSICO-QUÍMICA DE BISCOITO DE GRAVIOLA (*Annona muricata*): INFLUÊNCIA DA POLPA NAS CARACTERÍSTICAS DA MASSA

João Victor Tarda de Sousa<sup>1</sup>, Eliriane Jamas Pereira<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Discente do curso de Nutrição das Faculdades Integradas de Bauru – FIB – joaotarda@hotmail.com

<sup>2</sup>Docente do curso de Nutrição das Faculdades Integradas de Bauru – FIB - eliriane@gmail.com

**Grupo de trabalho:** Nutrição

**Palavras-chave:** Panificação; Produtos de conveniência; *Annona muricata*; Lactose; Ovo.

**Introdução:** A palavra biscoito tem origem no francês "bis" e "coctus" que significam cozido duas vezes (REGO *et al.* 2020). O Brasil é um dos países que mais produz biscoitos em todo o mundo, ficando atrás apenas dos Estados Unidos; dessa forma o mercado exige a criação de novos produtos, já que os produtos de panificação são consumidos por pessoas de todas as idades, pois apresentam uma alternativa alimentar saudável para atender a um público diferenciado (MOREIRA *et al.* 2013; VIDAL, 2016). Assim, a adição de polpa de frutas bem como as farinhas com resíduos de frutas, ricas em nutrientes, compostos bioativos e fibras alimentares podem ser consideradas uma opção para aumentar o valor nutricional e funcional aos produtos (UTHUMPORN *et al.*, 2014).

**Objetivos:** desenvolver uma formulação de um biscoito, isento de lactose, a base de graviola que apresente melhores propriedades nutricionais em relação aos biscoitos convencionais.

**Relevância do Estudo:** Os cookies, biscoitos e bolachas são amplamente consumidos devido à praticidade e preço acessível. Assim o desenvolvimento de um biscoito com graviola seria uma opção para melhorar o aporte de vitaminas, fibras, e também de antioxidantes, visto que o fruto tem potencial contra os radicais livres. O desenvolvimento do biscoito também é importante para consumidores alérgicos ao leite de vaca, aos ovos por não conter estes ingredientes permitindo o consumo de um produto mais saudável.

**Materiais e métodos:** Foi realizada a análise físico-química de biscoitos elaborados com polpa de graviola, seguindo a seguinte formulação: 200g de polpa de graviola 100g da polpa da graviola *in natura* e 100g da polpa da graviola congelada), 120g de açúcar demerara, 80ml de óleo de soja e 500g de farinha de trigo integral, 5g de bicarbonato de sódio; e assados por 30 minutos a 180°C. Depois de assados e resfriados foram embalados em sacos de amostras de polipropileno e levados para as análises das propriedades físico-químicas e nutricionais de acordo com as normas da AOAC (HORWITZ, 2005): umidade, cinzas, lipídeos e proteínas. Os lipídeos foram analisados através da extração com clorofórmio metano, a umidade determinada por secagem em estufa a 105°C por 24 horas e a análise de cinzas realizada por incineração em mufla. Por fim, a proteína bruta foi determinada através da análise de Kjeldahl utilizando-se o fator de conversão de nitrogênio o valor de 6,25.

**Resultados e discussões:** Os resultados obtidos foram de 83,74% para umidade; 1,36% para cinzas, 4,8% em proteínas e lipídeos 10,10%. O teor de umidade dos cookies foi superior a legislação RDC nº 263, de 22 de setembro de 2005 para produtos de panificação, que sugere um máximo de 18% (ANVISA, 2021), possivelmente devido ao alto teor de umidade da polpa de graviola, 89,2% (TACO, 2011). Em média os cookies tradicionais, em porções de 30g, contém 2,0g de proteínas (REGO, *et al.* 2020), sendo assim a amostra produzida apresentou um valor proteico melhor do que os cookies tradicionais, mas inferior aos cookies integrais proteicos que apresentam 8,6g, os quais foram elaborados com ovos, leite aveia e centeio. Um estudo aponta que produtos com farinha branca tradicional possuem menos proteína comparados aos que utilizaram farinha integral em sua composição (REGO *et al.*

2020). O teor de cinza pode ser justificado pelos teores que cálcio e magnésio na polpa da fruta, aumentando o teor de minerais no produto elaborado. O teor de lipídeos encontrado na amostra é superior ao encontrado em cookies tradicionais, 6-8%. O resultado deve-se ao fato da receita ter 80 ml de óleo de soja, utilizado para ajudar a dar liga na massa e reter um pouco da umidade do produto, no entanto este tipo de lipídeo não retém ar durante o batimento, fazendo com que os biscoitos elaborados com óleo vegetal apresentem a textura mais firme (AKAMINE *et al*, 2018)

**Conclusão:** Conclui-se que os cookies apresentaram quantidades de proteínas maiores do que a média de cookies tradicional do mercado, porém com o teor de umidade superior ao preconizado pela Anvisa, o que pode reduzir a vida útil do produto. O cookie produzido mostrou-se uma alternativa mais saudável, comparado aos ultraprocessados, e com a vantagem de poder ser consumido por alérgicos ao leite de vaca e ao ovo como também os intolerantes à lactose.

### Referências

- AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA. ANVISA. Brasil. **Resolução RDC n°263, 22 de setembro de 2005**. Regulamento técnico para produtos de cereais, amidos, farinhas e farelos. Disponível em: [http://portal.anvisa.gov.br/documents/33880/256807/RDC\\_263\\_2005.pdf/d6f557da-7c1a-4bc1-bb84-fddf9cb846c3](http://portal.anvisa.gov.br/documents/33880/256807/RDC_263_2005.pdf/d6f557da-7c1a-4bc1-bb84-fddf9cb846c3) Acesso em: 19 set. 2023.
- AKAMINE, E.H. *et al*. Composição lipídica, características físicas e sensoriais de recheios de morango em biscoitos. **Brazilian Journal of Food Technology**, vol. 21, e2016120, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/bjft/a/k6QJb5FZXN5bLVrXVLYHXPC/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 25. Out. 2023.
- HORWITZ, W. **Official Methods of Analysis of the Association of Official Analytical Chemists**. 18 th ed., 3rd rev. Gaithersburg, Maryland: AOAC, 2005.
- MOREIRA, I.S. *et al*. Avaliação Microbiológica e nutricional de biscoito e pão de mel. **Revista Verde de Agroecologia e Desenvolvimento Sustentável**, Mossoró, RN, v. 8, n. 1, p. 313-317, jan-mar, 2013. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7393000.pdf>. Acesso em: 20 set. 2023.
- REGO, A. R., *et al*. Biscoitos industrializados: nutrição e indulgência na cultura alimentar. 1º ed., São Paulo: **ITAL**, 2020. Disponível em: <https://ital.agricultura.sp.gov.br/biscoitos/56/>. Acesso em: 10 set. 2023.
- TACO - **Tabela Brasileira de Composição de Alimentos / NEPA – UNICAMP**.- 4. ed. rev. ampli. Campinas: NEPA-UNICAMP, 2011. 161 p. Disponível em: [https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2017/03/taco\\_4\\_edicao\\_ampliada\\_e\\_revisada.pdf](https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2017/03/taco_4_edicao_ampliada_e_revisada.pdf) Acesso em: 21 set. 2023.
- UTHUMPORN, U. *et al*. Physico-chemical and nutritional evaluation of cookies with different levels of eggplant flour substitution. **Cyta – Journal of Food**, v. 13, n. 2, p.1-7, 2014. Disponível em: [https://www.researchgate.net/publication/271673560\\_Physico-chemical\\_and\\_nutritional\\_evaluation\\_of\\_cookies\\_with\\_different\\_levels\\_of\\_eggplant\\_flour\\_substitution](https://www.researchgate.net/publication/271673560_Physico-chemical_and_nutritional_evaluation_of_cookies_with_different_levels_of_eggplant_flour_substitution). Acesso em: 10 set. 2023.
- VIDAL, A. R. C. **Obtenção e caracterização de biscoitos sem glúten e sem lactose com farinha de batata-doce e antioxidantes naturais**. 2016. 55 p. Trabalho de Conclusão de Curso (Tecnologia de Alimentos) - Centro de Tecnologia e Desenvolvimento Regional, Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2016. Disponível em: [https://repositorio.ufpb.br/jspui/handle/123456789/1052?locale=pt\\_BR](https://repositorio.ufpb.br/jspui/handle/123456789/1052?locale=pt_BR). Acesso em: 10 set. 2023.

## NUTRIÇÃO ATUANDO NO DESENVOLVIMENTO E QUALIDADE NA INOVAÇÃO DE NOVOS PRODUTOS ALIMENTÍCIOS

Larissa dos Santos Pires<sup>1</sup>; Eliriane Jamas Pereira<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Aluna de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB larissaspire.nutri@outlook.com;

<sup>2</sup>Professora do curso de Nutrição – Faculdades Integradas de Bauru – FIB – eliriane@gmail.com

**Grupo de trabalho:** NUTRIÇÃO

**Palavras-chave:** Nutricionista; Inovação; Qualidade; Mercado alimentício; Agropecuária; Exportação;

**Introdução:** O desenvolvimento de novos produtos tem papel vital para atender às necessidades humanas, proporcionando praticidade e elevando a qualidade de vida. Além de estimular a economia, criar empregos e incentivar inovações. Uma iniciativa relevante é o “Brasil saúde amanhã”, parte dos Objetivos do Desenvolvimento Sustentável (ODS) da ONU, que visa garantir alimentação digna e segura. Esta proposta inovadora pretende combater a crescente fome e desnutrição, problemas exacerbados pela pandemia da Covid-19. (ODS BRASIL, 2022). No Brasil o consumo de produtos com alimentos frescos é a preferida entre os consumidores, mas também se observa um crescimento de 6,9% na demanda por produtos convenientes. Com as mudanças nos hábitos alimentares, acarretadas pela vida moderna, esses produtos ganham espaço. O setor alimentício vem passando por inovações intensas, as quais transformam a forma com que os indivíduos consomem seus produtos (AVELAR; REZENDE, 2013). Conforme pesquisa realizada “Brasil Food Trends 2020”, 34% dos consumidores entrevistados pela pesquisa prezam mais a praticidade e a conveniência na hora de escolher os alimentos que vão consumir (FIESP, 2020). O que também acarreta o aumento de doenças como hipertensão arterial e *Diabetes Mellitus* entre outras, pelo excessivo consumo de alimentos ultraprocessados. Percebe-se que a indústria de alimentos está em constante evolução e modernização para atender às necessidades dos consumidores (BUCIONE, 2023). Contudo, é importante para as empresas de alimentos que os profissionais envolvidos no processo de desenvolvimento estejam alinhados com os novos estudos científicos para atender as novas necessidades do consumidor quanto a sua saúde (BENELI-DONADON; LOPES-SANTOS, 2020).

**Objetivos:** apresentar as inovações na indústria alimentícia, especialmente relacionando-as aos principais produtos de exportação (cárneos, lácteos e *in natura*), mostrando o papel protagonista do nutricionista no desenvolvimento destes produtos, garantindo segurança e qualidade, promovendo saúde as necessidades dos consumidores.

**Relevância do Estudo:** Faz-se necessário conhecer o papel do nutricionista na inovação de produtos e como esse profissional desenvolve os produtos por meio da ciência, tecnologias e principalmente de melhor qualidade nutricional, fazendo com que os produtos alcancem a maior parte da população, tendo o conteúdo nutricional fortemente embasados nas necessidades humanas, diminuindo a sindemia mundial, onde o maior causador deste fato é a falta de qualidade desenvolvimento nutricional.

**Materiais e métodos:** Foi realizado o estudo de revisão bibliográfica com levantamento dos artigos dos anos de 2013 a 2023, nas principais bases de dados científicas: Scientific Electronic Library Online (Scielo), Google acadêmico e Science Direct além de sites de associações sobre o mercado consumidor. Foram selecionados artigos originais e de revisões relacionadas ao desenvolvimento de produtos com inovação para o consumidor.

**Resultados e discussões:** Com o aumento dos alimentos processados e ultraprocessados, o desafio torna-se cada vez maior, tanto em termos de qualidade nutricional quando de segurança alimentar. A indústria alimentar tem relevância nesse cenário, seja pela crescente produção de alimentos, pelo forte investimento em marketing ou pela adaptação às demandas de um público cada vez mais informado e exigente (UNICEF, 2021). Há maior conscientização sobre os benefícios de uma alimentação saudável e equilibrada e a indústria alimentícia atende a essa necessidade com inovações e novos produtos. No

entanto, a responsabilidade não recai apenas sobre a indústria. Os profissionais de nutrição, em parceria com órgãos reguladores, devem assegurar que os alimentos sejam produzidos, processados, armazenados e consumidos de maneira segura e nutritiva (CAVALLI; MARTINELLI, 2018.). O marketing leal e transparente, que promove a verdadeira qualidade nutricional dos produtos, é essencial para guiar os consumidores em suas escolhas. Adicionalmente, a luta contra o desperdício alimentar é uma preocupação que deve ser enfrentada por todos os elos da cadeia produtiva, desde o campo até o consumidor final. O uso do leite de maneira integral (100% de sua utilização) através do Whey Protein demonstra o potencial de reutilização e valorização de subprodutos que anteriormente eram descartados. A ciência e a tecnologia, quando aplicadas de forma responsável e ética, podem trazer soluções sustentáveis e nutritivas para o mercado (SAUDADES; KIRSTEN, OLIVEIRA, 2017.)

**Conclusão:** Conclui-se que o nutricionista é o profissional capaz de atender e cumprir com todas as exigências governamentais e eficiente na capacidade de desenvolver alimentos seguros e de extrema qualidade nutricional, capaz de orientar e auxiliar outras áreas, afim de estarem em busca do mesmo propósito, oferecendo sempre uma alimentação rica e segura para toda uma população, fazendo com que os novos produtos sejam viáveis e acessíveis a todos os públicos, sendo um profissional essencial e indispensável nas novas inovações.

**Referências:**

AVELAR, A. E.; REZENDE, D. C. Hábitos alimentares fora do lar: um estudo de caso em Lavras – MG. **Organizações Rurais & Agroindustriais**, v. 15, n. 1, p.137-52, 2013. Disponível em:

<http://www.revista.dae.ufla.br/index.php/ora/article/view/652>. Acesso em: 12 abr. 2023.

BENELI-DONADON, F.A.; LOPES-SANTOS, D.F. Modelo de negócio e estratégia de inovação de uma empresa brasileira de alimentos. **Estudos Gerencias**, v. 156, pág. 337-350, setembro de 2020. Disponível em <[http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0123-59232020000300337&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-59232020000300337&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em 25 out. 2023.

BUCIONE, A. Food Ingredients South America – FiSA. **Panorama do mercado de ingredientes no Brasil e as tendências do segmento**. São Paulo, 2023. Disponível em: <https://www.foodconnection.com.br/materiais-para-baixar/ebook-food-ingredients-south-america-2023-panorama-do-mercado-de-ingredientes>. Acesso em: 12 abr. 2023.

CAVALLI, S. B.; MARTINELLI S. S. Alimentação saudável e sustentável: uma revisão narrativa sobre desafios e perspectivas. **Ciências e Saúde**, vol. 24, nº 11, p.4251-4262, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/z76hs5QXmyTVZDdBDJXHTwz/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 24 set. 2023.

FEDERAÇÃO DAS INDUSTRIAS DOS ESTADO DE SÃO PAULO – FIESP. **Brasil Food Trends**. São Paulo, 2020. Disponível em: <https://ital.agricultura.sp.gov.br/brasilfoodtrends/8/>. Acesso em: 08 abr. 2023.

FUNDO DAS NAÇÕES PARA A INFANCIA - UNICEF. **Estudo inédito do UNICEF aponta para o consumo de alimentos ultraprocessados em lares atendidos pelo Bolsa Família**. Brasília, 16 de dezembro de 2021. Disponível em: <https://www.unicef.org/brazil/comunicados-de-imprensa/estudo-inedito-do-unicef-aponta-alto-consumo-de-alimentos-ultraprocessados-em-lares-atendidos-pelo-bolsa-familia>. Acesso em: 23 set. 2023.

SAUDADES, J. O.; KIRSTEN, V. N; OLIVEIRA, V. R. Consumo de proteína do soro de leite entre estudantes universitários de Porto Alegre, RS. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 23, n. 4, p. 289-93, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbme/a/rNb89DKqvJfDqX9mdH4ZcGM/?lang=pt&format=pdf>. Acesso em: 24 set. 2023.