

RESUMOS SIMPLES156

RESUMOS SIMPLES

| | |
|---------------------------------------|-----|
| CARNEIRO, NELSON HILÁRIO..... | 159 |
| CARNEIRO, NELSON HILÁRIO..... | 157 |
| CORTE, MARIANA ZANGIROLAME | 159 |
| CORTE, MARIANA ZANGIROLAME..... | 157 |
| GARCIA JUNIOR, JAIR RODRIGUES | 157 |
| GARCIA JUNIOR, JAIR RODRIGUES | 158 |
| GARCIA JUNIOR, JAIR RODRIGUES | 159 |
| GENARO, SANDRA CRISTINA..... | 157 |
| GENARO, SANDRA CRISTINA..... | 159 |
| SILVA, MARCIA VALTOLTI ALVES DA | 157 |
| SILVA, MARCIA VALTOLTI ALVES DA | 159 |

ENAPI 2009

COMUNICAÇÃO
ORALUNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CIÊNCIAS DA SAÚDE
NUTRIÇÃO

AVALIAÇÃO NUTRICIONAL ANTROPOMÉTRICA DE IDOSOS FISICAMENTE ATIVOS**SILVA, MARCIA VALTOLTI ALVES DA** (Discente de curso de graduação - UNOESTE)

CORTE, MARIANA ZANGIROLAME (Discente de curso de graduação - UNOESTE)

GENARO, SANDRA CRISTINA (Docente - UNOESTE)

CARNEIRO, NELSON HILÁRIO (Docente - UNOESTE)

GARCIA JUNIOR, JAIR RODRIGUES (Docente - UNOESTE)

Alterações fisiológicas e do metabolismo provocam variações da composição corporal de idosos, que se caracterizam pela diminuição da massa muscular e, em conseqüência, da massa magra, além do aumento da gordura corporal. Por meio de medidas como circunferência e dobra cutânea do braço é possível estimar o acúmulo de gordura subcutânea, enquanto as medidas de circunferências da cintura e do quadril e a razão cintura/quadril possibilitam estimar o acúmulo de gordura visceral. A razão cintura/quadril é também um índice de risco para doenças cardiovasculares. Apesar de haver padrões dessas alterações da composição corporal para idosos, ainda são pouco os estudos com idosos fisicamente ativos. O objetivo deste estudo foi avaliar as variáveis antropométricas e de composição corporal de idosos fisicamente ativos. Participaram 47 voluntários de ambos os sexos com idade de $68,2 \pm 5,7$ anos que frequentavam regularmente um programa de treinamento físico que consistia de exercícios localizados com sobrecarga de halteres e caneleiras e de ginástica aeróbica, praticados em sessões de 60 minutos, duas vezes por semana. Os voluntários tiveram medidos seu peso corporal (balança digital Filizola), altura (estadiômetro Sany), dobra cutânea tricipital (adipômetro de Lange) e circunferências do braço, da cintura e do quadril (fita métrica inextensível Sany). Peso corporal e altura foram utilizados para calcular o índice de massa corporal (IMC) e as circunferências da cintura e do quadril foram utilizadas para determinação da razão cintura/quadril. A estatística descritiva foi utilizada para organização e descrição dos resultados. Observamos que o peso corporal médio foi de $68,4 \pm 17,4$ Kg e o IMC foi de $29,5 \pm 4,2$ Kg/m². A circunferência do braço foi de $33,0 \pm 4,1$ cm ($115,4 \pm 14,7\%$ do valor de referência), a dobra cutânea tricipital foi de $29,2 \pm 6,5$ mm ($180,8 \pm 39,3\%$ do valor de referência) e a circunferência muscular do braço foi de $23,8 \pm 3,2$ cm ($104,1 \pm 22,3\%$ do valor de referência). A circunferência da cintura foi de $95,5 \pm 10,5$ cm e do quadril foi de $105,5 \pm 9,6$ cm, resultando na razão cintura quadril de $0,90 \pm 0,07$. Os valores do IMC indicaram que vários dos idosos estavam com sobrepeso e alguns estavam obesos. Como demonstrado pelo valor da dobra cutânea tricipital havia grande proporção de gordura subcutânea nos voluntários. As circunferências da cintura e do quadril também estavam elevadas e se refletiram na razão cintura/quadril que representa risco moderado a muito alto para doenças cardiovasculares. Concluímos que, apesar de serem fisicamente ativos, os idosos apresentavam valores de peso corporal, de gordura subcutânea e visceral elevados, em comparação aos valores de referência.

ENAPI 2009UNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CIÊNCIAS DA SAÚDE
NUTRIÇÃO**COMUNICAÇÃO
ORAL**

AVALIAÇÃO DO RISCO PARA TRANSTORNOS ALIMENTARES E DA IMAGEM CORPORAL ENTRE ADOLESCENTES DO ENSINO MÉDIO**GARCIA JUNIOR, JAIR RODRIGUES (Docente - UNOESTE)**

Transtornos alimentares como anorexia nervosa, bulimia nervosa, compulsão alimentar e outros, somados, atingem cerca de 10% da população. As crianças e adolescentes são mais vulneráveis às pressões familiares, sociais e culturais, sendo também mais susceptíveis a estes transtornos que apresentam alto grau de morbidade e mortalidade. A identificação precoce de comportamentos alimentares inadequados e distorções da imagem corporal pode melhorar o prognóstico e eficiência do tratamento. O objetivo deste estudo foi identificar e quantificar a ocorrência de comportamentos alimentares inadequados e distorções da imagem corporal relacionados aos principais transtornos alimentares em adolescentes. Participaram do estudo na condição de voluntários 44 meninos e 35 meninas com idade entre 15 e 17 anos. Eles responderam a 3 questionários auto-aplicáveis, o Teste de Atitudes Alimentares (EAT-26) relacionado à anorexia nervosa, o Teste de Investigação Bulímica (BITE) relacionado à bulimia nervosa e o Questionário Sobre a Imagem Corporal (BSQ) relacionado com as distorções da imagem corporal. O peso corporal e a altura foram referidos pelos voluntários nos questionários e, por meio deles foi calculado o índice de massa corporal (IMC). Os resultados são apresentados como frequências relativas, indicando as prevalências dos transtornos alimentares. Os resultados do IMC indicaram que 14% dos adolescentes estavam abaixo do peso e 10% estavam acima do peso adequado para a altura. De acordo com as respostas ao questionário de imagem corporal, 15,2% se julgavam abaixo do peso e 16,5% se julgavam acima do peso. Em relação à anorexia nervosa, apenas 1 (1,3%) dos adolescentes apresentou atitude de risco. Para a bulimia nervosa verificada de acordo com a frequência de refeições referida no questionário, apenas 1 (1,3%) adolescente apresentou atitude de risco, porém 19% dos adolescentes apresentavam propensão significativa. Sobre o distúrbio da imagem corporal, 7 (8,9%) apresentaram leve distorção e 4 (5%) apresentaram grave distorção. Verificamos que prevalência de baixo peso e sobrepeso eram relativamente pequenas. Houve casos de adolescentes com distorção da imagem corporal, porém o risco para os transtornos alimentares foi de pequena prevalência. O tipo de distorção da imagem corporal mais comum, julgar-se acima do peso, foi pouco mais prevalente que o excesso de peso verificados pelos valores do índice de massa corporal. Concluímos que não havia casos de transtornos alimentares e da imagem corporal entre os adolescentes participantes e apenas poucos deles apresentaram risco para algum distúrbio.

ENAPI 2009

COMUNICAÇÃO
ORALUNIVERSIDADE DO OESTE PAULISTA - UNOESTE
CIÊNCIAS DA SAÚDE
NUTRIÇÃO

DIAGNÓSTICO DE HÁBITOS E FREQUÊNCIA DE CONSUMO ALIMENTAR E PREVALÊNCIA DE OBESIDADE, HIPERTENSÃO ARTERIAL E DIABETES EM IDOSOS FÍSICAMENTE ATIVOS

CARNEIRO, NELSON HILÁRIO (Docente - UNOESTE)

GENARO, SANDRA CRISTINA (Docente - UNOESTE)

GARCIA JUNIOR, JAIR RODRIGUES (Docente - UNOESTE)

SILVA, MARCIA VALTOLTI ALVES DA (Discente de curso de graduação - UNOESTE)

CORTE, MARIANA ZANGIROLAME (Discente de curso de graduação - UNOESTE)

Os idosos são especialmente vulneráveis às deficiências e excessos nutricionais e aos seus prejuízos à saúde. São comuns as carências de ferro, zinco, vitaminas A e do complexo B, além do consumo excessivo de gorduras e açúcar, relacionado aos problemas mais prevalentes nos idosos, a obesidade, a hipertensão arterial, o diabetes e as dislipidemias. Alguns idosos têm procurado adequar a dieta e praticar exercício físico, fatores comprovadamente eficientes no controle dessas doenças. Há muitos estudos sobre a relação entre nutrição e doenças, e destas com o exercício físico, porém ainda não está definida a relevância da nutrição adequada nas alterações do peso corporal e no controle da glicemia e lipídemia de idosos fisicamente ativos. O objetivo deste estudo foi avaliar o consumo de alimentos que podem contribuir de forma positiva e negativa para o desenvolvimento de doenças crônicas, bem como a prevalência destas. Participaram 47 voluntários de ambos os sexos com idade de $68,2 \pm 5,7$ anos que frequentavam regularmente um programa de treinamento físico que consistia de exercícios localizados com sobrecarga de halteres e caneleiras e de ginástica aeróbica, praticados em sessões de 60 minutos, duas vezes por semana. Os voluntários tiveram medidos seu peso corporal (balança digital Filizola), altura (estadiômetro Sany) e responderam a um inquérito nutricional sobre seus hábitos alimentares e a frequência de consumo de determinados alimentos. Também responderam sobre a presença de obesidade, hipertensão arterial, diabetes e dislipidemias. O peso corporal e a altura foram utilizados para calcular o índice de massa corporal (IMC) e o consumo dos nutrientes energético foi utilizado para o cálculo do valor energético total diário (VET). A estatística descritiva foi utilizada para organização e descrição dos resultados. Observamos que o peso corporal médio foi de $68,4 \pm 17,4$ Kg, o IMC foi de $29,5 \pm 4,2$ Kg/m² e o VET foi de $1791,5 \pm 192,0$ Kcal/dia. O consumo de óleo foi de $724,1 \pm 349,0$ mL/mês e a frequência da ingestão de frituras foi de $1,1 \pm 1,3$ vez/semana. Os doces eram consumidos em média $2,2 \pm 2,5$ vezes/semana e o consumo de açúcar foi de $9,4 \pm 5,2$ g/dia. Frutas eram consumidas em média na quantidade de $2,9 \pm 1,5$ porções/dia e outros vegetais eram consumidos em média na quantidade de $1,5 \pm 0,6$ porções/dia. A prevalência de sobrepeso foi de 42,6%, obesidade 40,4%, hipertensão arterial 63,8%, diabetes 12,8% e dislipidemias 23,4%. Os valores do IMC indicaram elevada prevalência de sobrepeso e obesidade nesta população. A hipertensão arterial foi a doença crônica mais prevalente. Tais problemas possivelmente podem ter relação com o consumo elevado de calorias e de óleo, que foi 25% maior que o recomendado (500 mL/mês). Concluímos que os idosos apresentavam consumo excessivo de calorias e de gorduras, o que os predispõem aos problemas de excesso de peso e doenças crônicas presentes.
