

Alimento, Nutrição e Saúde 2

Anne Karynne da Silva Barbosa
(Organizadora)



Alimento, Nutrição e Saúde 2

Anne Karynne da Silva Barbosa
(Organizadora)



Atena
Editora
Ano 2020

Editora Chefe

Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira

Assistentes Editoriais

Natalia Oliveira

Bruno Oliveira

Flávia Roberta Barão

Bibliotecário

Maurício Amormino Júnior

Projeto Gráfico e Diagramação

Natália Sandrini de Azevedo

Camila Alves de Cremona

Karine de Lima Wisniewski

Luiza Alves Batista

Maria Alice Pinheiro

Imagens da Capa

Shutterstock

Edição de Arte

Luiza Alves Batista

Revisão

Os Autores

2020 by Atena Editora

Copyright © Atena Editora

Copyright do Texto © 2020 Os autores

Copyright da Edição © 2020 Atena Editora

Direitos para esta edição cedidos à Atena Editora pelos autores.



Todo o conteúdo deste livro está licenciado sob uma Licença de Atribuição *Creative Commons*. Atribuição 4.0 Internacional (CC BY 4.0).

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores, inclusive não representam necessariamente a posição oficial da Atena Editora. Permitido o *download* da obra e o compartilhamento desde que sejam atribuídos créditos aos autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

A Atena Editora não se responsabiliza por eventuais mudanças ocorridas nos endereços convencionais ou eletrônicos citados nesta obra.

Todos os manuscritos foram previamente submetidos à avaliação cega pelos pares, membros do Conselho Editorial desta Editora, tendo sido aprovados para a publicação.

Conselho Editorial

Ciências Humanas e Sociais Aplicadas

Prof. Dr. Álvaro Augusto de Borba Barreto – Universidade Federal de Pelotas

Prof. Dr. Alexandre Jose Schumacher – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Mato Grosso

Prof. Dr. Américo Junior Nunes da Silva – Universidade do Estado da Bahia

Prof. Dr. Antonio Carlos Frasson – Universidade Tecnológica Federal do Paraná

Prof. Dr. Antonio Gasparetto Júnior – Instituto Federal do Sudeste de Minas Gerais

Prof. Dr. Antonio Isidro-Filho – Universidade de Brasília

Prof. Dr. Carlos Antonio de Souza Moraes – Universidade Federal Fluminense

Profª Drª Cristina Gaio – Universidade de Lisboa

Prof. Dr. Deyvison de Lima Oliveira – Universidade Federal de Rondônia
Prof. Dr. Edvaldo Antunes de Farias – Universidade Estácio de Sá
Prof. Dr. Elson Ferreira Costa – Universidade do Estado do Pará
Prof. Dr. Eloi Martins Senhora – Universidade Federal de Roraima
Prof. Dr. Gustavo Henrique Cepolini Ferreira – Universidade Estadual de Montes Claros
Profª Drª Ivone Goulart Lopes – Istituto Internazionale delle Figlie de Maria Ausiliatrice
Prof. Dr. Jadson Correia de Oliveira – Universidade Católica do Salvador
Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense
Profª Drª Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins
Prof. Dr. Luis Ricardo Fernandes da Costa – Universidade Estadual de Montes Claros
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Marcelo Pereira da Silva – Pontifícia Universidade Católica de Campinas
Profª Drª Maria Luzia da Silva Santana – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
Profª Drª Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Rita de Cássia da Silva Oliveira – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Prof. Dr. Rui Maia Diamantino – Universidade Salvador
Prof. Dr. Urandi João Rodrigues Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. William Cleber Domingues Silva – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme – Universidade Federal do Tocantins

Ciências Agrárias e Multidisciplinar

Prof. Dr. Alexandre Igor Azevedo Pereira – Instituto Federal Goiano
Profª Drª Carla Cristina Bauermann Brasil – Universidade Federal de Santa Maria
Prof. Dr. Antonio Pasqualetto – Pontifícia Universidade Católica de Goiás
Prof. Dr. Cleberton Correia Santos – Universidade Federal da Grande Dourados
Profª Drª Daiane Garabeli Trojan – Universidade Norte do Paraná
Profª Drª Diocléa Almeida Seabra Silva – Universidade Federal Rural da Amazônia
Prof. Dr. Écio Souza Diniz – Universidade Federal de Viçosa
Prof. Dr. Fábio Steiner – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul
Prof. Dr. Fágner Cavalcante Patrocínio dos Santos – Universidade Federal do Ceará
Profª Drª Girlene Santos de Souza – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Prof. Dr. Jael Soares Batista – Universidade Federal Rural do Semi-Árido
Prof. Dr. Júlio César Ribeiro – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Profª Drª Lina Raquel Santos Araújo – Universidade Estadual do Ceará
Prof. Dr. Pedro Manuel Villa – Universidade Federal de Viçosa
Profª Drª Raissa Rachel Salustriano da Silva Matos – Universidade Federal do Maranhão
Prof. Dr. Ronilson Freitas de Souza – Universidade do Estado do Pará
Profª Drª Talita de Santos Matos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Tiago da Silva Teófilo – Universidade Federal Rural do Semi-Árido
Prof. Dr. Valdemar Antonio Paffaro Junior – Universidade Federal de Alfenas

Ciências Biológicas e da Saúde

Prof. Dr. André Ribeiro da Silva – Universidade de Brasília
Profª Drª Anelise Levay Murari – Universidade Federal de Pelotas
Prof. Dr. Benedito Rodrigues da Silva Neto – Universidade Federal de Goiás
Prof. Dr. Douglas Siqueira de Almeida Chaves – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro

Prof. Dr. Edson da Silva – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri
Prof^a Dr^a Eleuza Rodrigues Machado – Faculdade Anhanguera de Brasília
Prof^a Dr^a Elane Schwinden Prudêncio – Universidade Federal de Santa Catarina
Prof^a Dr^a Eysler Gonçalves Maia Brasil – Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira
Prof. Dr. Ferlando Lima Santos – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Prof^a Dr^a Gabriela Vieira do Amaral – Universidade de Vassouras
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria
Prof. Dr. Helio Franklin Rodrigues de Almeida – Universidade Federal de Rondônia
Prof^a Dr^a Iara Lúcia Tescarollo – Universidade São Francisco
Prof. Dr. Igor Luiz Vieira de Lima Santos – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. Jesus Rodrigues Lemos – Universidade Federal do Piauí
Prof. Dr. Jônatas de França Barros – Universidade Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. José Max Barbosa de Oliveira Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Prof. Dr. Luís Paulo Souza e Souza – Universidade Federal do Amazonas
Prof^a Dr^a Magnólia de Araújo Campos – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. Marcus Fernando da Silva Praxedes – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Prof^a Dr^a Mylena Andréa Oliveira Torres – Universidade Ceuma
Prof^a Dr^a Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Paulo Inada – Universidade Estadual de Maringá
Prof^a Dr^a Regiane Luz Carvalho – Centro Universitário das Faculdades Associadas de Ensino
Prof^a Dr^a Renata Mendes de Freitas – Universidade Federal de Juiz de Fora
Prof^a Dr^a Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Prof^a Dr^a Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande

Ciências Exatas e da Terra e Engenharias

Prof. Dr. Adélio Alcino Sampaio Castro Machado – Universidade do Porto
Prof. Dr. Alexandre Leite dos Santos Silva – Universidade Federal do Piauí
Prof. Dr. Carlos Eduardo Sanches de Andrade – Universidade Federal de Goiás
Prof^a Dr^a Carmen Lúcia Voigt – Universidade Norte do Paraná
Prof. Dr. Douglas Gonçalves da Silva – Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia
Prof. Dr. Eloi Rufato Junior – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof. Dr. Fabrício Menezes Ramos – Instituto Federal do Pará
Prof^a Dra. Jéssica Verger Nardeli – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho
Prof. Dr. Juliano Carlo Rufino de Freitas – Universidade Federal de Campina Grande
Prof^a Dr^a Luciana do Nascimento Mendes – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Marcelo Marques – Universidade Estadual de Maringá
Prof^a Dr^a Neiva Maria de Almeida – Universidade Federal da Paraíba
Prof^a Dr^a Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Takeshy Tachizawa – Faculdade de Campo Limpo Paulista

Linguística, Letras e Artes

Prof^a Dr^a Adriana Demite Stephani – Universidade Federal do Tocantins
Prof^a Dr^a Angeli Rose do Nascimento – Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro
Prof^a Dr^a Carolina Fernandes da Silva Mandaji – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof^a Dr^a Denise Rocha – Universidade Federal do Ceará

Prof. Dr. Fabiano Tadeu Grazioli – Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões
Prof. Dr. Gilmei Fleck – Universidade Estadual do Oeste do Paraná
Profª Drª Keyla Christina Almeida Portela – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Mato Grosso
Profª Drª Miranilde Oliveira Neves – Instituto de Educação, Ciência e Tecnologia do Pará
Profª Drª Sandra Regina Gardacho Pietrobon – Universidade Estadual do Centro-Oeste
Profª Drª Sheila Marta Carregosa Rocha – Universidade do Estado da Bahia

Conselho Técnico Científico

Prof. Me. Abrãao Carvalho Nogueira – Universidade Federal do Espírito Santo
Prof. Me. Adalberto Zorzo – Centro Estadual de Educação Tecnológica Paula Souza
Prof. Me. Adalto Moreira Braz – Universidade Federal de Goiás
Prof. Dr. Adaylson Wagner Sousa de Vasconcelos – Ordem dos Advogados do Brasil/Seccional Paraíba
Prof. Dr. Adilson Tadeu Basquerote Silva – Universidade para o Desenvolvimento do Alto Vale do Itajaí
Prof. Me. Alexsandro Teixeira Ribeiro – Centro Universitário Internacional
Prof. Me. André Flávio Gonçalves Silva – Universidade Federal do Maranhão
Profª Ma. Anne Karynne da Silva Barbosa – Universidade Federal do Maranhão
Profª Drª Andreza Lopes – Instituto de Pesquisa e Desenvolvimento Acadêmico
Profª Drª Andrezza Miguel da Silva – Faculdade da Amazônia
Prof. Dr. Antonio Hot Pereira de Faria – Polícia Militar de Minas Gerais
Prof. Me. Armando Dias Duarte – Universidade Federal de Pernambuco
Profª Ma. Bianca Camargo Martins – UniCesumar
Profª Ma. Carolina Shimomura Nanya – Universidade Federal de São Carlos
Prof. Me. Carlos Antônio dos Santos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Ma. Cláudia de Araújo Marques – Faculdade de Música do Espírito Santo
Profª Drª Cláudia Taís Siqueira Cagliari – Centro Universitário Dinâmica das Cataratas
Prof. Me. Daniel da Silva Miranda – Universidade Federal do Pará
Profª Ma. Daniela da Silva Rodrigues – Universidade de Brasília
Profª Ma. Daniela Remião de Macedo – Universidade de Lisboa
Profª Ma. Dayane de Melo Barros – Universidade Federal de Pernambuco
Prof. Me. Douglas Santos Mezacas – Universidade Estadual de Goiás
Prof. Me. Edevaldo de Castro Monteiro – Embrapa Agrobiologia
Prof. Me. Eduardo Gomes de Oliveira – Faculdades Unificadas Doctum de Cataguases
Prof. Me. Eduardo Henrique Ferreira – Faculdade Pitágoras de Londrina
Prof. Dr. Edwaldo Costa – Marinha do Brasil
Prof. Me. Eliel Constantino da Silva – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita
Prof. Me. Ernane Rosa Martins – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Goiás
Prof. Me. Eivaldo de Sousa Costa Junior – Prefeitura Municipal de São João do Piauí
Profª Ma. Fabiana Coelho Couto Rocha Corrêa – Centro Universitário Estácio Juiz de Fora
Prof. Dr. Fabiano Lemos Pereira – Prefeitura Municipal de Macaé
Prof. Me. Felipe da Costa Negrão – Universidade Federal do Amazonas
Profª Drª Germana Ponce de Leon Ramírez – Centro Universitário Adventista de São Paulo
Prof. Me. Gevair Campos – Instituto Mineiro de Agropecuária
Prof. Dr. Guilherme Renato Gomes – Universidade Norte do Paraná
Prof. Me. Gustavo Krahl – Universidade do Oeste de Santa Catarina
Prof. Me. Helton Rangel Coutinho Junior – Tribunal de Justiça do Estado do Rio de Janeiro
Profª Ma. Isabelle Cerqueira Sousa – Universidade de Fortaleza

Profª Ma. Jaqueline Oliveira Rezende – Universidade Federal de Uberlândia
Prof. Me. Javier Antonio Albornoz – University of Miami and Miami Dade College
Prof. Me. Jhonatan da Silva Lima – Universidade Federal do Pará
Prof. Dr. José Carlos da Silva Mendes – Instituto de Psicologia Cognitiva, Desenvolvimento Humano e Social
Prof. Me. Jose Elyton Batista dos Santos – Universidade Federal de Sergipe
Prof. Me. José Luiz Leonardo de Araujo Pimenta – Instituto Nacional de Investigación Agropecuaria Uruguay
Prof. Me. José Messias Ribeiro Júnior – Instituto Federal de Educação Tecnológica de Pernambuco
Profª Drª Juliana Santana de Curcio – Universidade Federal de Goiás
Profª Ma. Juliana Thaisa Rodrigues Pacheco – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Kamilly Souza do Vale – Núcleo de Pesquisas Fenomenológicas/UFPA
Prof. Dr. Kárpio Márcio de Siqueira – Universidade do Estado da Bahia
Profª Drª Karina de Araújo Dias – Prefeitura Municipal de Florianópolis
Prof. Dr. Lázaro Castro Silva Nascimento – Laboratório de Fenomenologia & Subjetividade/UFPR
Prof. Me. Leonardo Tullio – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Ma. Lilian Coelho de Freitas – Instituto Federal do Pará
Profª Ma. Liliani Aparecida Sereno Fontes de Medeiros – Consórcio CEDERJ
Profª Drª Lívia do Carmo Silva – Universidade Federal de Goiás
Prof. Me. Lucio Marques Vieira Souza – Secretaria de Estado da Educação, do Esporte e da Cultura de Sergipe
Prof. Me. Luis Henrique Almeida Castro – Universidade Federal da Grande Dourados
Prof. Dr. Luan Vinicius Bernardelli – Universidade Estadual do Paraná
Prof. Dr. Michel da Costa – Universidade Metropolitana de Santos
Prof. Dr. Marcelo Máximo Purificação – Fundação Integrada Municipal de Ensino Superior
Prof. Me. Marcos Aurelio Alves e Silva – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de São Paulo
Profª Ma. Maria Elanny Damasceno Silva – Universidade Federal do Ceará
Profª Ma. Marileila Marques Toledo – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri
Prof. Me. Ricardo Sérgio da Silva – Universidade Federal de Pernambuco
Prof. Me. Rafael Henrique Silva – Hospital Universitário da Universidade Federal da Grande Dourados
Profª Ma. Renata Luciane Polsaque Young Blood – UniSecal
Prof. Me. Sebastião André Barbosa Junior – Universidade Federal Rural de Pernambuco
Profª Ma. Silene Ribeiro Miranda Barbosa – Consultoria Brasileira de Ensino, Pesquisa e Extensão
Profª Ma. Solange Aparecida de Souza Monteiro – Instituto Federal de São Paulo
Prof. Me. Tallys Newton Fernandes de Matos – Faculdade Regional Jaguaribana
Profª Ma. Thatianny Jasmine Castro Martins de Carvalho – Universidade Federal do Piauí
Prof. Me. Tiago Silvio Dedoné – Colégio ECEL Positivo
Prof. Dr. Welleson Feitosa Gazel – Universidade Paulista

Editora Chefe: Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira
Bibliotecário: Maurício Amormino Júnior
Diagramação: Luiza Alves Batista
Edição de Arte: Luiza Alves Batista
Revisão: Os Autores
Organizadora: Anne Karynne da Silva Barbosa

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(eDOC BRASIL, Belo Horizonte/MG)**

A411 Alimento, nutrição e saúde 2 [recurso eletrônico] / Organizadora Anne Karynne da Silva Barbosa. – Ponta Grossa, PR: Atena, 2020.

Formato: PDF

Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader

Modo de acesso: World Wide Web

Inclui bibliografia

ISBN 978-65-5706-263-0

DOI 10.22533/at.ed.630201008

1. Nutrição. 2. Tecnologia de alimentos. I. Barbosa, Anne Karynne da Silva.

CDD 613.2

Elaborado por Maurício Amormino Júnior – CRB6/2422

Atena Editora

Ponta Grossa – Paraná – Brasil

Telefone: +55 (42) 3323-5493

www.atenaeditora.com.br

contato@atenaeditora.com.br

APRESENTAÇÃO

A coleção “Alimento, Nutrição e Saúde” é um conjunto de duas obras, esse segundo volume continuará abordando de forma categorizada e interdisciplinar artigos, pesquisas, relatos de experiência e revisões da literatura que transitam nos vários caminhos da Nutrição e da Saúde.

O objetivo central do volume 2, foi apresentar de forma categórica e clara estudos relevantes desenvolvidos em inúmeras instituições de ensino e pesquisa do Brasil em todas as esferas, seja de graduação ou pós-graduação. Em todos esses artigos os quais foram cuidadosamente escolhidos a linha básica foi o aspecto relacionado à composição de alimentos, ao estudo sobre a composição nutricional deles, microbiologia, saúde básica e clínica, fabricação de alimentos enriquecidos, manejo clínico ambulatorial e hospitalar e áreas correlatas. O avanço da transição nutricional e o aumento pelas suplementações é uma área importante para a pesquisa científica, visto que algumas suplementações contribuem positivamente na prática clínica dos profissionais de Nutrição e da Saúde em geral, pois auxiliam na redução e na prevenção de diversas patologias.

Temas relevantes e diversos são, deste modo, discutidos aqui neste segundo volume com o objetivo de organizar e concretizar fortalecendo o conhecimento de alunos, professores e todos aqueles que de alguma forma se interessam pela área da saúde.

Deste modo, o conjunto de obras Alimento, Nutrição e Saúde, representado neste segundo volume apresentam o resultado de diversos trabalhos, os quais possuem fundamento na teoria, produzidos por acadêmicos e professores dos variados graus que incessantemente desenvolveram e ampliaram os seus trabalhos que aqui serão apresentados de maneira concisa e indubitável. Sabemos do papel fundamental que consiste em divulgar a literatura científica, por isso torna-se claro porque a editora escolhida foi a Atena Editora, a qual oferece além de um nome bem fixado na literatura, uma plataforma segura, didática e confiável para todos os pesquisadores, docentes e acadêmicos que queiram divulgar os resultados de suas pesquisas.

Boa leitura!

Anne Karynne da Silva Barbosa

SUMÁRIO

CAPÍTULO 1	1
A EFICÁCIA DA SUPLEMENTAÇÃO DE MICRONUTRIENTES NA TERAPIA NUTRICIONAL EM PACIENTES GRANDES QUEIMADOS	
Erica Fernanda Gomes de Sousa Alessandra Clara Costa Santos Kaio Ravi Costa Araújo Thaisy Pierot e Silva Andrea Nunes Mendes de Brito	
DOI 10.22533/at.ed.6302010081	
CAPÍTULO 2	6
A INFLUÊNCIA DOS ÁCIDOS GRAXOS ÔMEGA-3 NO TRATAMENTO DA DEPRESSÃO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA	
Maryana Monteiro Farias Jéssica Cyntia Menezes Pitombeira Cristiano Silva da Costa Natália Viviane Santos de Menezes Riane Mary Pinho Leite Barbosa Anayza Teles Ferreira Pollyne Sousa Luz Celso Lourenço de Arruda Neto Sansão Lopes de Moraes Neto Benacélia Rabelo da Silva Tiago Freire Martins Stephany Emmanuely Bandeira dos Santos	
DOI 10.22533/at.ed.6302010082	
CAPÍTULO 3	20
OCORRÊNCIA DE SURTOS DE ORIGEM ALIMENTAR NA REGIÃO NORTE, BRASIL (2009 – 2018)	
Cláudia Thyara Pantoja Sarmanho Bianca Ribeiro Pastana Thinaia Ribeiro Pastana Igor Costa de Lima	
DOI 10.22533/at.ed.6302010083	
CAPÍTULO 4	31
AÇÃO DOS ANTIOXIDANTES NA PREVENÇÃO E CONTROLE DE NEOPLASIAS	
Lucas Barbosa Xavier Orquidéia de Castro Uchôa Moura Thiago Marques Débora Mendes Rodrigues Camila Araújo Costa Lira Maria Rayane Matos de Sousa Ianara Pereira Rodrigues Andreson Charles de Freitas Silva	
DOI 10.22533/at.ed.6302010084	
CAPÍTULO 5	40
AGROTOXICOS COMO DESREGULADORES ENDOCRINOS: IMPLICAÇÕES NA SAÚDE HUMANA PELA EXPOSIÇÃO DIETÉTICA	
Simone Brignol Gotuzzo Beatriz Helena Gomes Rocha	

Vera Lucia Bobrowski
Paulo Romeu Gonçalves
Ellen Lopes Vieira

DOI 10.22533/at.ed.6302010085

CAPÍTULO 6 53

ALIMENTAÇÃO E SEU PAPEL NEUROPROTETOR NA DOENÇA ALZHEIMER

Vitória Alves Ferreira
Jamile de Souza Oliveira Tillesse
Riane Mary Pinho Leite Barbosa
Pollyne Souza Luz
Anayza Teles Ferreira
Aline Paula Chaves
Camila Araújo Costa Lira
Maria Rayane Matos de Sousa
Ianara Pereira Rodrigues
Bruna Gomes de Oliveira Matos
Islanne Leal Mendes
Andreson Charles de Freitas Silva

DOI 10.22533/at.ed.6302010086

CAPÍTULO 7 68

AUTISM SPECTRUM DISORDER AND FOOD ALLERGY

Marina Kottwitz de Lima Scremin
Marina Fabíola Rodoy Bertol
Bruna Diniz Neiva Giorgenon
Adriana Chassot Bresolin
Gleice Fernanda Costa Pinto Gabriel
Marcos Antonio da Silva Cristovam

DOI 10.22533/at.ed.6302010087

CAPÍTULO 8 77

AVALIAÇÃO DO CONHECIMENTO DE ADULTOS E IDOSOS SOBRE ALIMENTOS SAUDÁVEIS

Deborah Judachesci
Maria Julia Tulio de Almeida Pinto
Telma Souza e Silva Gebara

DOI 10.22533/at.ed.6302010088

CAPÍTULO 9 87

CIRURGIA BARIÁTRICA EM ADOLESCENTES: UMA REVISÃO

Nathalia Pereira Vizentin
Gabriel Lunardi Aranha
Denise Tavares Giannini
Marcelo Barros Weiss

DOI 10.22533/at.ed.6302010089

CAPÍTULO 10 89

CIRURGIA BARIÁTRICA: QUALIDADE DE VIDA, HÁBITOS ALIMENTARES E PERDA DE PESO APÓS A CIRÚRGIA

Luciara Fabiane Sebold
Larissa Evangelista Ferreira
Lucia Nazareth Amante
Juliana Balbinot Reis Girondi

DOI 10.22533/at.ed.63020100810

CAPÍTULO 11 100

CONSUMO DA MERENDA E HÁBITOS DE HIGIENE ENTRE CRIANÇAS DE UMA ESCOLA PÚBLICA DE TEMPO INTEGRAL DO ENSINO FUNDAMENTAL: A IMPORTÂNCIA DA ESCOLA PARA PROMOÇÃO DE BONS HÁBITOS À SAÚDE

Patrícia Rosa Soares
Marcela Yamamoto
Lourenço Faria Costa

DOI 10.22533/at.ed.63020100811

CAPÍTULO 12 113

ENVELHECIMENTO HUMANO: ASPECTOS GENÉTICOS, FISIOLÓGICOS E NUTRICIONAIS - UMA REVISÃO

Ellen Lopes Vieira
Beatriz Helena Gomes Rocha
Vera Lucia Bobrowski
Simone Brignol Gotuzzo

DOI 10.22533/at.ed.63020100812

CAPÍTULO 13 126

ESTUDO DE MINIMIZAÇÃO DE CUSTOS DE TRÊS MEDICAMENTOS PARA O TRATAMENTO DA ASMA

Carla Andreiza Souza Belarmino
Ingrid Cibele Maria da Cruz
Janaína Andréa Moscatto

DOI 10.22533/at.ed.63020100813

CAPÍTULO 14 136

IMPLICAÇÕES DA ALIMENTAÇÃO VEGETARIANA NO DESENVOLVIMENTO INFANTIL: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Aline Lubiana
Antônio Viana Neves Neto
Fabrícia Araújo e Silva
Giovanna Silva Cascelli Vaz
Jenifer Mendes de Almeida
Kttya Nardy Drumond
Mariana Almeida Silva
Maria Eliza de Castro Moreira

DOI 10.22533/at.ed.63020100814

CAPÍTULO 15 146

MORTALIDADE POR DESNUTRIÇÃO EM CRIANÇAS DE 0 A 14 ANOS, NO BRASIL, 2014-2018

Liana de Oliveira Barros
Lia de Castro Alencar Feijó
Sônia Samara Fonseca de Moraes
Bianca de Oliveira Farias
Mayrla Diniz Bezerra
Larissa Rodrigues de Freitas
Clara Lina da Silva Cardoso
Patricia Elizabeth da Silva
Jéssica Karen de Oliveira Maia
Vanessa Nogueira Lages Braga
Camila Gonçalves Monteiro Carvalho

DOI 10.22533/at.ed.63020100815

CAPÍTULO 16 155

PERFIL NUTRICIONAL DE ADULTOS ATENDIDOS NA ATENÇÃO BÁSICA NO BRASIL, 2002-2007

Liana de Oliveira Barros
Camila Gonçalves Monteiro Carvalho
Jéssica Karen de Oliveira Maia
Vanessa Nogueira Lages Braga
Mayrla Diniz Bezerra
Luciana Camila dos Santos Brandão
Clarisse Vasconcelos de Azevedo
Mauro Sérgio Silva Freire
Sônia Samara Fonseca de Moraes
Ilzenir de Freitas Souza Araújo
Helânia do Prado Cruz

DOI 10.22533/at.ed.63020100816

CAPÍTULO 17 164

PERFIL SOCIOECONÔMICO DE MANIPULADORES DE ALIMENTOS DE FEIRAS LIVRES DE BELÉM-PA E AVALIAÇÃO DO NÍVEL DE CONHECIMENTO A CERCA DAS BOAS PRÁTICAS DE MANIPULAÇÃO.

Márlia Barbosa Pires
Yan Augusto da Silva e Silva
Clíssia Renata Loureiro Croelhas Abreu

DOI 10.22533/at.ed.63020100817

CAPÍTULO 18 178

PRÁTICA CLÍNICA NA DIETA E QUALIDADE DE VIDA NO ENVELHECIMENTO

Anne Karynne da Silva Barbosa
Andreza Pinto Sá
Vanusa Cristina Santos Xavier
Clemilda Monteiro de Lima
Alessandra Dourado de Oliveira
Beatriz Kely Sousa da Silva
Mônica Cristina de Carvalho Leal
Wenna Lúcia Lima

DOI 10.22533/at.ed.63020100818

CAPÍTULO 19 189

PROPOSTA DE CLASSIFICAÇÃO NUTRICIONAL DE PRODUTOS COM APELO *FITNESS* ÀS LUZES DO SEMÁFORO NUTRICIONAL

Bruna Lannes Schuabb
Jéssica Chaves Rivas
Juliana Tomaz Pacheco Latini

DOI 10.22533/at.ed.63020100819

CAPÍTULO 20 201

RESÍDUOS DE AGROTÓXICOS EM CULTURAS DE ARROZ E FEIJÃO NO BRASIL: RELATÓRIOS DO PROGRAMA DE ANÁLISE DE RESÍDUOS EM ALIMENTOS

Márcia Keller Alves
Keli Cristina Ceregatto da Rocha
Maristela Roseli Hammes Campos
Savana Paim de Chaves do Prado
Wellington Vieira de Souza

DOI 10.22533/at.ed.63020100820

CAPÍTULO 21 212

VERIFICAÇÃO DA APLICABILIDADE DAS BOAS PRÁTICAS DE FABRICAÇÃO EM RESTAURANTES
TIPO MARMITARIA NO MUNICÍPIO DE CAMPINA GRANDE – PB

Ana Beatriz Medeiros Araújo
Juliana Tatiaia de Moraes Dias
Deyzi Santos Gouveia
Mércia Melo de Almeida Mota
Patrícia Pinheiro Fernandes Vieira
Marco Túllio Lima Duarte
Rebeca de Lima Dantas

DOI 10.22533/at.ed.63020100821

SOBRE A ORGANIZADORA..... 221

ÍNDICE REMISSIVO 222

AVALIAÇÃO DO CONHECIMENTO DE ADULTOS E IDOSOS SOBRE ALIMENTOS SAUDÁVEIS

Data de aceite: 01/08/2020

Deborah Judachesci

Universidade Positivo, Curso de Nutrição, Curitiba
-PR <http://lattes.cnpq.br/6297381365861557>

Maria Julia Tulio de Almeida Pinto

Universidade Positivo, Curso de Nutrição, Curitiba
-PR <http://lattes.cnpq.br/2328914217791361>;

Telma Souza e Silva Gebara

Universidade Positivo, Curso de Nutrição, Curitiba
-PR lattes.cnpq.br/7244204056990228

RESUMO: A nutrição possui um relevante impacto nos processos da vida e pode estar diretamente associada às doenças relacionadas com a idade, do mesmo modo que, com o surgimento de deficiências nutricionais. **Objetivo:** Avaliar o conhecimento de adultos e idosos sobre alimentos saudáveis. **Metodologia:** Estudo transversal, quantitativo de intervenção aplicado a adultos e idosos de ambos os sexos, participantes de um projeto de desenvolvimento da qualidade de vida na cidade de Curitiba-PR. A coleta de dados ocorreu no mês de outubro de 2018. Foi proposta a seguinte dinâmica: após serem reunidos em sala de aula, os participantes foram apresentados ao modelo do prato saudável, impresso em material E.V.A e

aberta a discussão a partir da seguinte pergunta indutora: “O que você sabe sobre alimentos saudáveis?” Posteriormente foi entregue aos participantes um prato plástico descartável simulando o “modelo do prato” para que, livremente, escolhessem réplicas de alimentos e montassem aquilo que consideravam como o prato ideal. Foram distribuídas 25 réplicas de alimentos considerados do “dia-a-dia” e classificados para essa pesquisa em: in natura, minimamente processados, ultraprocessados e preparações fritas. As composições foram fotografada e analisadas individualmente, havendo sido criado um escore de escolhas consideradas adequadas ou inadequadas (acerto e erro). Os resultados de erros e acertos foram analisados e expressos através de frequência absoluta. **Resultados:** A amostra foi composta por 13 participantes, 8% do sexo masculino e 92% do sexo feminino. A idade média da amostra foi de 64,8 anos ($\pm 4,8$), onde (77%) da amostra declarou-se como aposentado(a). **Conclusão:** A presença do nutricionista em ambientes que reúnam pessoas em projetos voltados à qualidade de vida e a influencia de atividades de educação nutricional sobre as escolhas alimentares pode ser forte aliada na promoção de saúde, independentemente da faixa etária ou condição econômica, cultural e/

ou social.

PALAVRAS-CHAVE: Educação nutricional. Idosos. Alimentos saudáveis.

ABSTRACT: Nutrition has a significant impact on the life development and may be directly associated with age-related illnesses, as well as with the development of nutritional deficiencies. **Objective:** To evaluate the knowledge of adults and seniors about healthy foods. **Methodology:** Cross-sectional, quantitative and interventional study applied to adults and seniors of both genders who are participating in the wellbeing development project in the city of Curitiba-PR. Participants read, agreed, and signed the Free and Informed Consent Form. Data collection was performed in October 2018, on a date and time previously scheduled with the institution and participants. The following dynamic was proposed: after gathering in the classroom, the participants were presented to the sample of a healthy dish which was printed in E.V.A and the discussion was opened from the following guiding question: “What do you know about healthy foods?”. Later, the participants were given a disposable plastic dish simulating the “dish model” so that they could freely choose food replicas and assemble what they considered to be the ideal dish. Twenty-five replicas of foods considered “day-to-day” were distributed classified for this research as: in natural, minimally processed, ultra-processed and fried preparations. The compositions were photographed and analyzed individually, and a score of choices considered adequate or inadequate was created. The results of errors and correct answers were analyzed and expressed through absolute frequency. Results: The sample consisted of 13 participants, 8% male and 92% female. The mean age of the sample was 64.8 years (± 4.8), where (77%) of the sample declared itself as retired. Conclusion: The presence of the nutritionist in ambers that bring together people in projects focused on quality of life and the influence of nutritional education activities on food choices can be a strong ally in health promotion, regardless of age group or economic, cultural and/or social condition. **KEYWORDS:** Nutritional education. Seniors. Healthy habits.

1 | INTRODUÇÃO

A nutrição possui um relevante impacto no processo de vida, e pode estar diretamente associada às doenças relacionadas com a idade, do mesmo modo que, com o surgimento de deficiências nutricionais e possíveis diminuição das funções, existe a necessidade de avaliação e de acompanhamento nutricional para os idosos, a fim de que haja planejamento e ações de prevenção de doenças e promoção da saúde dos mesmos (CLOSS; FEOLI & SCHWANKE, 2015).

Decorrentes de uma alimentação inadequada, de hábitos de vida não saudáveis ou, de histórico genético familiar, as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) como doenças cardiovasculares (DCV), Diabetes Melitos tipo II (DM), doenças respiratórias crônicas e câncer, possuem recorrência e impacto na saúde e vida e adultos e idosos.

O número de mortes causadas por essas doenças tem igual incidência em homens e mulheres, segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), ocorrendo com mais frequência, em pessoas de média a baixa situação econômica (BRASIL, 2018; CLOSS; FEOLI & SCHWANKE, 2015).

A educação nutricional possui papel relevante na promoção de hábitos e alimentação saudável, minimizando a ocorrência de problemas de saúde e promovendo a melhoria da qualidade de vida dos indivíduos (SILVA & BARATTO, 2015). O conhecimento precoce do risco nutricional, reflete-se em menores taxas de morbimortalidade e em qualidade de vida, quesitos fundamentais para que os indivíduos possam desempenhar seu papel de maneira ativa na sociedade (ALCÂNTARA; CAMARANO & GIACOMIN, 2016).

O ministério da saúde dos Estados Unidos lançou o Food and Nutrition Guidelines for Healthy Older People: A background paper, como orientador de protocolos de promoção da saúde do idoso, considerando a nutrição como uma das áreas prioritárias (Ministry of Health, 2013).

A educação nutricional é um processo que engloba mudanças de atitudes: maneira de pensar, agir e sentir, sempre estimulando e reforçando os conhecimentos sobre saúde, permitindo assim, que se mantenha afastado o risco de desnutrição ou de outras doenças ligadas ao consumo inadequado de alimentos, além de se tornar uma ferramenta que tem por finalidade dar autonomia ao indivíduo para que ele possa assumir a responsabilidade dos seus atos e escolhas relacionados a alimentação (COUTINHO et.al., 2016).

Frente ao exposto, essa pesquisa pretendeu promover uma ação em educação nutricional para conhecimento a respeito das escolhas de alimentos considerados saudáveis, para um grupo composto de adultos e idosos.

2 | METODOLOGIA

Estudo transversal, quantitativo, de intervenção, aplicado à adultos e idosos de ambos os sexos, participantes do projeto de desenvolvimento da qualidade de vida e da saúde, na cidade de Curitiba-PR.

Os participantes leram, concordaram e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Foram excluídos da pesquisa aqueles que expressaram em qualquer momento o desejo de interromper sua participação nas atividades propostas.

A coleta de dados foi realizada durante o mês de outubro de 2018, em dia e hora previamente agendados com a instituição e com os participantes. Foi proposta para os participantes a seguinte dinâmica: após serem reunidos em sala de aula, os mesmos foram apresentados ao modelo do prato saudável, impresso em material E.V.A e aberta a discussão a partir da seguinte pergunta indutora: “O que você sabe sobre alimentos

saudáveis?”. A discussão decorreu com tempo suficiente para que fosse debatido o assunto e respondidas as dúvidas do grupo. Em seguida, foi entregue a cada um dos participantes um prato plástico descartável (15x15cm) simulando o “modelo do prato” para que, livremente, escolhessem réplicas de alimentos e montassem aquilo que consideravam como o modelo de prato ideal. Ao todo foram distribuídas 25 réplicas de alimentos (Apêndice 1) considerados do “dia-a-dia” e classificados para essa pesquisa em: in natura (batata, mandioca, ovo, cenoura, beterraba, brócolis, couve-flor, repolho, rúcula, alface, melancia, uva, maçã, laranja) minimamente processados (arroz, feijão, feijoada, lentilha, macarrão, batata frita, ovo frito, bife grelhado, peito de frango grelhado, lombo assado), ultraprocessados (linguiça) e preparações fritas (ovo frito e batata frita). Cada composição foi fotografada e analisada individualmente, havendo sido criado um escore de escolhas consideradas adequadas ou inadequadas (acerto e erro). Durante a dinâmica, foram considerados erros a escolha de alimentos ultraprocessados e/ou, representados por preparações fritas, além de a disposição no prato de dois ou mais representantes de alimentos fontes de carboidratos e de proteínas. Foram considerados acertos, a escolha de alimentos in natura, minimamente processados e em proporções adequadas de alimentos fontes de carboidratos, proteínas, lipídios e de vitaminas, minerais e fibras, conforme modelo do prato saudável.

Os resultados de erros e acertos foram analisados e expressos através de frequência absoluta.

Essa pesquisa foi submetida à aprovação do Comitê de Ética e Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Positivo e aprovada sob parecer consubstanciado nº 2.959.473. Todos os aspectos éticos foram contemplados dentro das exigências contidas na Resolução 466/2012 (BRASIL, 2012) do Conselho Nacional de Saúde.

3 | RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram dessa pesquisa 17 adultos e idosos de ambos os sexos. Foram excluídos 4 participantes, visto que os mesmos não frequentavam o programa, estando presentes no momento da dinâmica na condição de acompanhantes.

A amostra foi composta por 13 participantes, destes, um (8%) do sexo masculino e 12 (92%) do sexo feminino. A idade média da amostra foi de 64,8 anos ($\pm 4,8$), variando entre 56 e 75 anos. Cinco (38%) alunos participam apenas das atividades gratuitas do programa, estando, entretanto, matriculados no mesmo, quatro (31%) estão matriculados em uma atividade do programa, três (23%) em duas atividades e um (8%) em três ou mais atividades.

No que se refere às suas atividades profissionais, 10 (77%) da amostra declarou-se como aposentado(a).

Menezes et. al.,(2008) em uma pesquisa realizada com 202 idosos acima dos 60

anos teve sua amostra composta por 93,1% de participantes do sexo feminino, semelhante ao percentual de mulheres participantes no presente estudo. Malta, Papini & Corrente (2013), avaliaram a alimentação de idosos de um município paulista com uma amostra composta por 56% de participantes do sexo feminino e média de idade da amostra total de 71,5 anos ($\pm 6,5$). Percentuais similares da participação feminina e da média de idade da amostra foram descritos por Segalla & Spinelli (2013) em sua pesquisa intitulada Avaliação e Educação Nutricional para Idosos Institucionalizados no Município de Erechim, RS, com 58,3% e 76,3 anos ($\pm 7,9$), respectivamente.

Carvalho e colaboradores (2016), realizaram uma pesquisa a respeito da correlação entre o estado nutricional e o risco coronário com uma amostra composta por 138 adultos, destes, 87% eram mulheres. Em um estudo composto por 35 participantes adultos que realizaram intervenção nutricional através de oficinas culinárias e palestras, descreveram em seus resultados a participação de 91% de mulheres (e idosos, Almeida et. Al., 2018). Em um estudo que consistia na análise do conhecimento nutricional e hábitos alimentares de pacientes com doenças crônicas a idade média dos participantes foi de 75,7 ($\pm 13,3$) havendo as mulheres representado 60% da amostra (Prates & Silva, 2013).

Uma análise sobre o consumo de nutrientes de 427 idosos de ambos os sexos, da cidade de Porto Alegre – RS, apontou que 70% dos participantes eram mulheres e 48,5% da amostra, encontravam-se na faixa etária entre 60 e 69 anos (Venturini et. al., 2015). Em ambos estudos supracitados, assim como no presente, percebe-se uma participação ativa do público feminino comparadas ao público masculino, em atividades relacionadas à saúde, uma vez que são mais preocupadas com a estética, sempre estão atentas às dietas para emagrecimento, ainda que de maneira equivocada muitas vezes reduzindo o consumo de nutrientes essenciais e ainda por, cumprirem o papel social de cuidadoras, levando-as a um maior cuidado na escolha dos alimentos (Ramos et.al., 2016).

Freire e colaboradores et. al., (2015) em sua pesquisa a respeito do perfil de idosos que frequentam um centro de convivência em Teresina – PI, constataram que 73,3% da amostra pesquisada se declarava aposentada e Ramos et. al., (2016), em seu estudo encontraram, sobre a participação de idosos em um centro de convivência na cidade de Santana, resultados semelhantes ao do presente estudo, onde, 76% da amostra foi composta por indivíduos aposentados.

Os resultados de erros e acertos relacionados à montagem do prato e escolha dos alimentos, estão dispostos na Tabela 1.

Participante	Qtde de réplicas (n)	Acertos (n)				Erros (n)			
		In natura % n		Min. Processados % n		Ultraprocessados % n		Prep. Fritas % n	
1	13	77	10	23	03	0	0	0	0
2	19	68	13	32	06	0	0	0	0
3	06	50	03	50	03	0	0	0	0
4	12	75	09	25	03	0	0	0	0
5	05	60	03	40	02	0	0	0	0
6	09	67	06	33	03	0	0	0	0
7	09	67	06	22	02	0	0	11	01
8	07	71	05	29	02	0	0	0	0
9	10	70	07	20	02	0	0	10	01
10	10	70	07	20	02	0	0	10	01
11	09	89	08	11	01	0	0	0	0
12	07	57	04	43	03	0	0	0	0
13	10	70	07	30	03	0	0	0	0

Tabela . Alimentos utilizados na proposta de montagem individual do prato.

Fonte: próprias autoras, 2018.

A quantidade média de réplicas escolhidas para compor o prato entre os participantes foi 10 , onde a ocorrência mínima contou com disposição de cinco e a máxima com 19 réplicas. O percentual de acertos entre as escolhas foi de 97,4%, havendo sido considerados erros, 3 escolhas (2,6%).

Na análise relacionada a presença de dois ou mais alimentos fontes de carboidratos e/ou proteínas em uma mesma refeição, os resultados foram os seguintes: 54 % (n=7) dos participantes optaram por colocar apenas um representante do grupo de carboidratos no prato, 38% (n=5), colocaram dois representantes e apenas uma pessoa 8%, não escolheu alimentos deste grupo. Em relação às proteínas, uma pessoa 7,5%, escolheu apenas um representante do grupo no prato, 54 % (n=7), dispuseram dois alimentos proteicos, 31% (n=4) optaram por três e, uma pessoa 7,5%, dispôs 6 réplica de alimentos fontes de proteínas na “montagem do seu prato”.

Em nenhuma das oportunidades houve ausência da presença de réplicas de alimentos representantes dos grupo proteicos, ainda, em 100% das montagens, estavam presentes também, pelo menos uma réplica do grupo dos vegetais, demonstrando relevância considerada pela amostra, conforme evidenciado pelos registros fotográficos.

O fato dos vegetais estarem presentes em todos os pratos, bem como a presença de frutas na maioria deles, sugere um consumo de fibras adequado ou cerca da dequação, ressaltando que este macronutriente representa um importante papel na diminuição dos riscos para doenças cardiovascular (BRANDÃO et.al., 2015). Um estudo que associa o consumo de frutas e vegetais à ameaças de aumento de mortalidade, concluiu que menores taxas são observadas em pessoas que consomem maiores quantidades de frutas e vegetais, havendo sido descrito risco 11% menor entre pessoas que consomem

quantidades acima de 569g/dia desses alimentos em relação aos que consomem menos de <249g/dia, com taxa de sobrevivência aumentada em cerca de até um ano (LEENDERS, 2013).

Um estudo realizado com 1.221 participantes, maiores de 18 anos através da aplicação de inquéritos de saúde apontou baixo consumo de alimentos fontes de ferro na dieta entre as mulheres enquanto que para homens, excesso de consumo de alimentos fontes de fósforo, ferro e colesterol. Para alguns nutrientes, a inadequação esteve presente em toda população, independente do sexo e idade, como o baixo consumo de alimentos fontes de fibras, cálcio, zinco e vitaminas, além do consumo em excesso de ácidos graxos saturados (LOPESI et.al., 2005).

Em uma análise realizada com 4.322 indivíduos idosos, de 60 anos ou mais de ambos os sexos, utilizou-se o método de registro alimentar, sendo este preenchido pelo indivíduo em dois dias não consecutivos, conforme recomendação do *Institute of Medicine* (IOM) a fim de estimar a ingestão habitual e calcular a prevalência de inadequação de nutrientes. Este estudo demonstrou que idosos brasileiros, se comparados aos americanos, apresentam prevalência de inadequação significativa predominantemente de vitamina A, piridoxina, tiamina e cobre. O consumo insuficiente de micronutrientes pode ser decorrente da pouca variedade de alimentos que compõem a dieta habitual dos idosos brasileiros, (FISBERGI, 2018).

No presente estudo, as réplicas representativas dos alimentos in natura foram responsáveis pelo maior percentual de acertos durante as dinâmicas. Segundo o Guia Alimentar Para a População Brasileira (BRASIL, 2014), tais alimentos são obtidos diretamente das plantas (vegetais, folhas e frutos) ou animais (ovos e leite) e não sofrem nenhuma alteração após serem extraídos da natureza. É importante priorizá-los, pois são a base para uma alimentação balanceada e saudável, visto que não sofreram adição de sal, açúcar e outras substâncias que em excesso tornam-se prejudiciais à saúde. Os minimamente processados são alimentos in natura que precisam ser submetidos a alterações mínimas, como limpeza, secagem, embalagem, pasteurização, resfriamento ou congelamento, e também devem ser priorizados.

O grupo dos alimentos ultraprocessados, que nessa pesquisa foi representado por uma única réplica, não foi escolhido para a montagem do prato em nenhuma oportunidade. Sua fabricação envolve muitas etapas, assim como muitos ingredientes (sal, açúcar, óleos e gorduras e substâncias utilizadas exclusivamente na indústria), tornando-os prejudiciais à saúde (BRASIL, 2014). O fato de as réplicas dos alimentos fritos e do alimento ultraprocessado não terem sido escolhidos configura como uma característica benéfica da população estudada no presente artigo. Ressalta-se que adultos e idosos não consomem habitualmente, consomem pouco ou não consomem, alimentos dessas categorias de alimentos (RAMOS et.al., 2016).

Com o passar dos anos as pessoas idosas tendem a apresentar monotonia alimentar

e dificuldade na elaboração de pratos diferentes, além de, alterações fisiológicas relacionadas à diminuição da ingestão dos alimentos, que podem estar relacionada a ocorrência de problemas odontológicos, inapetência, dificuldades de locomoção, presença de depressão e de interação social. Decorrentes dessas dificuldades, observa-se a diminuição do consumo de carne vermelha, de vegetais crus, de frutas e oleaginosas. Destaca-se ainda, a prevalência de utilização de medicamentos continuamente e a ocorrência de efeitos colaterais capazes de induzir a falta de apetite (GOMES; SOARES & GONÇALVES, 2016).

A perda de massa muscular magra e ganho de adiposidade são também consideradas marcas do envelhecimento, podendo as mesmas estarem mais fortemente associada à mortalidade do que a obesidade. Com o envelhecimento, a diminuição na ingestão de alimentos conhecida como “anorexia do envelhecimento” pode potencializar a ocorrência da sarcopenia, definida como o declínio da função devido à perda de massa muscular (ATKINS et.al., 2014).

Frente aos processos de transição epidemiológica e nutricional identificados na população brasileira nas últimas décadas, faz-se necessário orientar e realizar intervenções de caráter nutricional, de modo a promover hábitos de vida saudáveis, levando em conta, é claro, a tendência, a cultura e os padrões de alimentação do público em questão (JAIME & SANTOS, 2014).

O conhecimento sobre o que comer pode ser considerado a primeira etapa de mudança do comportamento alimentar saudável (VENTURINI et.al., 2015).

Uma das diretrizes da Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN) é o desenvolvimento de práticas alimentares que sejam apropriadas e saudáveis, juntamente com a elaboração de ações que tenham como objetivo proporcionar hábitos alimentares salutíferos. A Educação Alimentar e Nutricional, além de integrar as ações supracitadas, incentiva a criação de ambientes promotores de saúde (locais de trabalho e escolas) (PRADO; LOPES & GUIMARÃES, 2016).

O presente estudo utilizou método de educação nutricional de estímulo ao empoderamento dos pesquisados, buscando uma abordagem com característica lúdica, levando descontração ao grupo. Para Aquino e colaboradores (2018), são aspectos positivos da atividade lúdica: facilitação da aprendizagem, desenvolvimento pessoal, social e cultural, contribuição para uma boa saúde mental, capacitação para um estado interior fértil, favorecimento de processos de socialização, comunicação expressão e construção do conhecimento, ou seja, a técnica lúdico-pedagógica pode contribuir sim, para alimentação saudável, mas, sobretudo, para a integração social e melhoramento cognitivo dos indivíduos, favorecendo o envelhecimento ativo.

De acordo com o guideline proposto pelo *Ministry of Health* (2013), no processo de envelhecimento a importância da alimentação tem sido comprovada através de estudos epidemiológicos, clínicos e de intervenção, que têm, de maneira frequente, demonstrado

relação consistente entre o tipo de dieta e o surgimento de doenças crônicas não transmissíveis.

4 | CONCLUSÃO

Ações educativas, lúdicas e de intervenção são potencialmente efetivas no trabalho com adultos e idosos, ajudando na tomada de escolhas, promovendo hábitos alimentares saudáveis e contribuindo para o empoderamento dos indivíduos.

Os resultados do presente estudo atestam a necessidade de mais estudos na área, além da criação e promoção de estratégias efetivas voltadas à conscientização da população de que hábitos saudáveis são essenciais para a promoção de saúde e prevenção de doenças.

A presença do nutricionista em ambientes que reúnam pessoas em projetos voltados à qualidade de vida e a influencia de atividades de educação nutricional sobre as escolhas alimentares pode ser forte aliada na promoção de saúde, independentemente da faixa etária ou condição econômica, cultural e/ou social.

REFERÊNCIAS

ALCÂNTARA, A.O.; CAMARANO, A.A.; GIACOMIN, K.C. **Política nacional do idoso: velhas e novas questões**. Rio de Janeiro: Ipea, 2016.

ALMEIDA, J.C.; MENDONÇA, A.A.F.; GONÇALVES, I.E.; BATISTA, L.M. **Intervenção nutricional através de oficinas culinárias e palestras educativas: aplicação e influência no estado nutricional de adultos**. Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento. 2018.

AQUINO, N.B.; SANTOS, T.G.; ANDRADE, M.I.S.; LEAL, V.S.; OLIVEIRA, J.S. **Educação alimentar e nutricional para população idosa: uma revisão integrativa**. Ciência & Saúde. 2018.

ATKINS, J.L.; WHINCUP, P.H.; MORRIS R.W.; LENNON L.T.; PAPACOSTA O.; WANNAMETHEE S.G. **Obesidade sarcopênica e risco de doença cardiovascular e mortalidade: um estudo de coorte de base populacional de homens idosos**. J Am Geriatr Soc, 2014.

BRANDÃO, J.J.; FERNANDES, C.S.; BARROSO, S.G.; ROCHA, G.S. **Associação do consumo de fibras e risco cardiovascular em pacientes idosos**. International Journal of Cardiovascular Sciences. 2015.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira**– 2. ed., 1. reimpr. – Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Vigilância de Doenças e Agravos não Transmissíveis e Promoção da Saúde. **Relatório do III Fórum de Monitoramento do Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das Doenças Crônicas não Transmissíveis no Brasil** [recurso eletrônico]., 2018. 121 p. Modo de acesso: World Wide Web: ISBN 978-85-334-2610-8.

CARVALHO, E.V.; COSTA, V.V.L.; ARAÚJO, M.S.; MARTENS, I.B.G.; SÁ, N.N.B.; SILVA, R.A. **Correlação entre o estado nutricional e o risco coronariano de adultos atendidos em uma ação educativa em Belém Pará**. Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento. 2016.

CLOSS V.E; FEOLI, A.M.P.; SCHWANKE, C.H.A. **Altura do joelho como medida alternativa confiável na avaliação nutricional de idosos**.Rev.Nut., 2015.

COUTINHO, T.D.V.; VIANA, E.D.S.M.; RODRIGUES, S.; MACEDO, S.V.; LOPES, C.T.; FARIA, N.S.F. **Educação nutricional para idosos institucionalizados na cidade de Viçosa-MG.** Revista científica Univiçosa – vol 8 – n. 1 – Viçosa – MG. – dez. 2016 – p. 319-326.

FISBERGI, R. M.; MARCHIONI, D.M.L.; CASTRO, M.A.; VERLY JUNIOR, E.; ARAÚJO, M.C.; BEZARRA, I.N.; PEREIRA, R.A.; SICHIERI, R. **Ingestão inadequada de nutrientes na população de idosos do Brasil: inquérito nacional de alimentação 2008-2009.** Revista de saúde pública, São paulo, v. 47, fev. 2018.

FREIRE, G.V.; SILVA, I.P.; MOURA, W.B.; ROCHA, F.C.V.; MADEIRA, M.Z.A.; AMORIM, F.C.M. **Perfil de idosos que frequentam um centro de convivência da terceira idade.** Revista Interdisciplinar. R. Interd. v. 8, n. 2, p. 11-19, abr. mai. jun. 2015.

GOMES, A.P.; SOARES, A.L.G.; GONÇALVES, H. **Baixa qualidade da dieta de idosos: estudo de base populacional.** Ciência & Saúde Coletiva. 2016

JAIME, P.C.; SANTOS, L.M.P. **Transição nutricional e a organização do cuidado em alimentação e nutrição na Atenção Básica em Saúde.** Divulgação em Saúde para Debate. 2014.

LEENDERS, M. **Fruit and vegetable consumption and mortality.** American Journal of Epidemiology. 2013.

LOPES, A. C. S.; CAIAFFA, W.T.; SICHIERI, R.; MINGOTI, A.S.; LIMA-COSTA, M.F. **Consumo de nutrientes em adultos e idosos em estudo de base populacional: projeto bambuí.** Cad. saúde pública. , Rio de janeiro, v. 21, n. 4, p. 1201-1209, ago. 2005.

MALTA, M.B.; PAPINI, S.J.; CORRENTE, J.E. **Avaliação da alimentação de idosos de município paulista – aplicação do índice de alimentação saudável.** Ciência & Saúde Coletiva. 2013.

MENEZES, M.F.G.; TAVARES, E.L.; SANTOS, D.M.; TARGUETA, C.L.; PRADO, S.D. **Alimentação saudável na experiência de idosos.** Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia. 2008.

MINISTRY OF HEALTH 2013. **Food and Nutrition Guidelines for Healthy Older People: A background paper.** Wellington: Ministry of Health. Disponível em: <https://www.health.govt.nz/system/files/documents/publications/food-nutrition-guidelines-healthy-older-people-background-paper-v2.pdf>.

PRADO, B.G.; FORTES, E.N.S.; LOPES, M.A.L.; GUIMARÃES, L.V. **Ações de educação alimentar e nutricional para escolares: um relato de experiência.** Demetra; 2016; 11(2); 369-382 3.

PRATES, R.E.; SILVA, A.C.P. **Avaliação do conhecimento nutricional e de hábitos alimentares de pacientes com doenças crônicas não transmissíveis em hospital particular no sul do Brasil.** Revista da Associação Brasileira de Nutrição. 2013.

RAMOS, S.S.S.; RAMOS, A.S.; NERY, E.S.C.; PEREIRA, S.L.; SILVA, B.G.L.C. **Participação de idosos em um centro de convivência na cidade de Santana/AP: perfil dos indivíduos e características de participação.** Revista Madre Ciência Saúde. 2016.

SEGALLA, R.; SPINELLI, R.B. **Avaliação e educação nutricional para idosos institucionalizados no município de Erechim, RS.** Vivências. 2013.

SILVA, J.V.; BARATTO, I. **Nutrição: avaliação do conhecimento e sua influência em uma universidade aberta à terceira idade.** Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento. 2015.

VENTURINI, C.D.; ENGROFF, P.; SGNAOLIN, V.; KIK, R.M.E.; MARRONE, F.B.; FILHO, I.G.S.; CARLI, G.A. **Consumo de nutrientes em idosos residentes em Porto Alegre (RS), Brasil: um estudo de base populacional.** Ciência & Saúde Coletiva, 2015. On-line version ISSN 1678-45612015.

ÍNDICE REMISSIVO

A

Ácidos Graxos Ômega 3 6, 7

Adolescentes 87, 88, 108, 109, 111, 136, 137, 138, 139, 140, 141, 142, 143

Agricultura 28, 29, 48, 49, 154, 176, 177, 202, 207, 208, 209, 210, 211

Alergia Alimentar 68, 69, 70, 72, 73, 74, 75

Alimentos Saudáveis 77, 78, 79

Análise Farmacoeconômica 127, 129

Antioxidantes 2, 3, 4, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 55, 59, 141

Atenção Básica 85, 86, 91, 123, 153, 155, 156, 157, 158, 159, 160, 161, 162, 163

Autismo 68, 69, 70, 71, 73, 74, 75, 76

B

Boas Práticas de Fabricação 164, 165, 166, 171, 172, 174, 176, 212, 214, 215, 217, 219, 220, 221

Brasil 1, 3, 18, 20, 21, 22, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 34, 38, 39, 41, 42, 45, 46, 48, 49, 50, 52, 55, 56, 64, 70, 76, 79, 80, 83, 85, 86, 87, 90, 91, 95, 98, 99, 100, 102, 111, 114, 115, 120, 121, 123, 128, 129, 131, 132, 134, 135, 146, 147, 148, 149, 150, 151, 152, 153, 154, 155, 156, 157, 158, 159, 160, 161, 162, 163, 176, 177, 179, 181, 183, 187, 189, 190, 191, 193, 195, 197, 198, 199, 200, 201, 202, 203, 204, 205, 207, 208, 209, 210, 211, 214, 215, 217, 220, 221

C

Câncer 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 51, 78, 118, 120, 122, 127, 182, 206, 207, 209

Checklist 212, 213, 221

Cicatrização 1, 2, 3, 4, 5

Cirurgia Bariátrica 87, 88, 89, 90, 91, 92, 93, 94, 95, 96, 97, 98, 99

Comprometimento Cognitivo Leve 54, 56, 57, 61, 65

Consumo de Alimentos 21, 49, 56, 60, 83, 95, 115, 190, 195, 202, 214

Crianças 44, 48, 66, 70, 72, 73, 75, 100, 101, 102, 103, 105, 106, 107, 108, 109, 110, 112, 136, 137, 138, 139, 140, 141, 142, 143, 144, 146, 148, 149, 150, 151, 152, 153, 154, 160, 190, 199, 206

Custos em Saúde 127

D

Depressão 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 84, 96, 182

Desnutrição 2, 3, 79, 120, 146, 147, 148, 149, 150, 151, 152, 153, 154, 160, 180, 184, 185

Dieta 32, 35, 36, 38, 54, 56, 57, 58, 66, 73, 83, 85, 86, 95, 97, 103, 114, 115, 117, 118, 122, 124, 136, 137, 138, 140, 141, 142, 143, 144, 178, 202, 203

Disruptor Endócrino 41

Doença Alzheimer 53, 54, 55, 56, 57

Doenças Transmitidas por Alimentos 20, 22, 29, 30, 165, 166, 177, 214

E

Educação Alimentar 84, 85, 86, 100, 101, 102, 108, 112, 120

Educação Nutricional 77, 78, 79, 81, 84, 85, 86, 112, 156, 162, 186, 189, 191, 195, 198

Ensino Fundamental 100, 104, 107, 111, 112, 168

Envelhecimento 55, 65, 84, 113, 114, 115, 116, 117, 118, 119, 120, 122, 123, 124, 125, 178, 179, 180, 181, 182, 184, 186, 187

Estado Nutricional 81, 85, 98, 111, 112, 115, 120, 125, 141, 142, 152, 154, 155, 156, 157, 158, 159, 160, 161, 162, 163, 180, 183, 186, 187

F

Farmacoeconomia 126, 127, 133, 134, 135

Fungicida 41, 45, 46, 47, 48

H

Hábitos Alimentares 55, 81, 84, 85, 86, 89, 95, 97, 101, 102, 103, 105, 107, 108, 110, 140, 154, 162, 178, 179, 184, 185, 187, 190, 198

Herbicida 41, 44, 45, 46

Higiene dos Alimentos 164, 166

I

Idosos 8, 26, 36, 57, 58, 60, 62, 63, 66, 77, 78, 79, 80, 81, 83, 85, 86, 113, 114, 116, 119, 120, 121, 123, 125, 161, 162, 163, 178, 179, 180, 181, 182, 183, 184, 185, 186, 187

M

Memória 54, 55, 56, 58, 60, 62, 65

Merenda Escolar 100, 101, 102, 103, 104, 105, 106, 107, 108, 109, 110, 112

N

Nutrição 7, 18, 31, 39, 40, 53, 54, 56, 64, 66, 77, 78, 79, 84, 85, 86, 99, 112, 113, 115, 120, 121, 122, 123, 124, 138, 144, 148, 153, 162, 164, 176, 178, 179, 180, 182, 183, 185, 186, 187, 188, 199, 201, 217, 221, 222

Nutrientes 1, 2, 3, 4, 6, 12, 18, 35, 36, 54, 55, 56, 59, 60, 61, 63, 71, 81, 83, 86, 94, 96, 113, 114, 116, 118, 121, 122, 123, 138, 140, 141, 143, 152, 180, 182, 184, 185, 189, 191, 192, 193, 194, 195

O

Obesidade 44, 56, 84, 85, 86, 87, 88, 89, 90, 91, 92, 94, 96, 97, 98, 99, 101, 102, 111, 119, 120, 123, 138, 156, 157, 158, 159, 160, 161, 162, 184, 191, 199

Óbitos 146, 147, 149, 150, 151, 152, 160

P

Prevenção 13, 29, 30, 31, 32, 34, 35, 36, 37, 38, 49, 54, 55, 56, 57, 59, 61, 63, 64, 78, 85, 98, 111, 116, 120, 122, 134, 138, 148, 156, 162, 180, 211

Produto Fitness 189

Publicidade de Alimentos 189, 190

Q

Qualidade de Vida 12, 19, 33, 55, 59, 63, 77, 79, 85, 89, 90, 92, 93, 96, 97, 99, 103, 113, 114, 115, 116, 123, 127, 133, 134, 178, 179, 180, 181, 183, 186, 187

Queimaduras 1, 2, 3, 4, 5

R

Rotulagem de Alimentos 189, 197, 199, 200

S

Saúde Pública 8, 20, 21, 29, 30, 66, 86, 98, 111, 112, 128, 132, 133, 153, 154, 165, 180, 186, 187, 208

Semáforo Nutricional 189, 191, 192, 193, 194, 195, 196, 198, 200

Senescência 114, 115, 116, 117, 118

Sistema Endócrino 41, 42, 43

T

Teorias do Envelhecimento 113, 114, 116, 123

Terapia Nutricional 1, 2, 3, 4, 5, 39

Tratamento 2, 5, 6, 7, 8, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 28, 32, 35, 37, 38, 39, 46, 54, 55, 56, 57, 59, 62, 63, 64, 66, 70, 73, 74, 87, 88, 91, 92, 94, 95, 98, 120, 122, 126, 127, 128, 129, 131, 132, 133, 156, 162, 179, 209

Treinamento de Manipuladores 164, 166

V

Vigilância Epidemiológica 20, 25, 29, 177

Alimento, Nutrição e Saúde 2

www.atenaeditora.com.br 

contato@atenaeditora.com.br 

[@atenaeditora](https://www.instagram.com/atenaeditora) 

www.facebook.com/atenaeditora.com.br 

 **Atena**
Editora

Ano 2020

Alimento, Nutrição e Saúde 2

www.atenaeditora.com.br 

contato@atenaeditora.com.br 

[@atenaeditora](https://www.instagram.com/atenaeditora) 

www.facebook.com/atenaeditora.com.br 

 **Atena**
Editora

Ano 2020