

2^o Encontro Internacional

Saúde escolar



ADESÃO AO PADRÃO ALIMENTAR MEDITERRÂNICICO EM ALUNOS DO 3^o CICLO DO ENSINO PÚBLICO NUMA ESCOLA DO CONCELHO DE FAFE

Nogueira J, Lemos D, Cunha M, Pereira L, Marques C, Fernandes A

INTRODUÇÃO

- A Dieta Mediterrânica tem benefícios para a saúde, ambiente e economia.
- Foi reconhecida como Património Imaterial da Humanidade pela UNESCO.
- Apesar dos seus benefícios, a adesão global tem vindo a diminuir.

OS OBJETIVOS DESTE ESTUDO SÃO:

- 1 Caracterizar a adesão ao Padrão Alimentar Mediterrânico;
- 2 Associar a adesão ao PAM com a idade, o género e o ano de escolaridade.

METODOLOGIA

Estudo epidemiológico do tipo transversal;

Questionário **KIDMED - MEDITERRANEAN DIET QUALITY INDEX FOR CHILDREN AND ADOLESCENTES** aplicado a 220 alunos do 3^o ciclo numa escola do concelho de Fafe.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

- Idade média igual a $13,8 \pm 1,1$ anos e com igual distribuição de género.
- Não se verificaram diferenças estatisticamente significativas entre o género, a idade e o ano de escolaridade e a adesão ao PAM.

TABELA 1. Comparação de resultados pela média da classificação total do índice KIDMED.

| | 2016 ^b | 2017 ^c | NOSSO ESTUDO (2022) |
|-------------------------------|---------------------------|--------------------------|-------------------------|
| MÉDIA DA CLASSIFICAÇÃO | 7,24 ± 2,05 pontos | 7,24 ± 2,0 pontos | 6,7 ± 2,4 pontos |

TABELA 2. Comparação resultados por categorias do índice KIDMED.

| | 2014 ^a | 2016 ^b | 2017 ^c | NOSSO ESTUDO (2022) |
|------------------------|-------------------|-------------------|-------------------|---------------------|
| BAIXA ADESÃO | 5,4% | 4,5% | 4,0% | 9,5 % |
| MODERADA ADESÃO | 42,0% | 47,9% | 48,0% | 51,8% |
| ELEVADA ADESÃO | 52,5% | 47,7% | 48,0% | 38,6% |

CONCLUSÃO

- O presente estudo quando comparado, por categorias, com outros estudos realizados em populações semelhantes apresenta resultados inferiores.
- Torna-se necessária uma intervenção junto desta população, de forma a capacitar estes adolescentes para escolhas alimentares alinhadas com a Dieta Mediterrânica.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ^aGraça, P., & Mateus, M.P. (2014). Adesão ao padrão alimentar mediterrânico em jovens no Algarve. [Adherence to the Mediterranean dietary pattern in young people in the Algarve] A Dieta Mediterrânica em Portugal: Cultura, Alimentação e Saúde p.317-329
- ^bCardoso C. *et al.* (2016) Adesão à dieta mediterrânica em adolescentes do norte de Portugal. [Adherence to the mediterranean diet in adolescents from northern Portugal] [Apresentação de Póster] Encontro de Jovens Investigadores, Bragança, Portugal
- ^cCardoso C. *et al.* (2017) Relação entre a adesão à Dieta Mediterrânica e o Desempenho Escolar em adolescentes do Norte de Portugal. [Relation between adherence to Mediterranean Diet and Academic Performance in adolescents from North Portugal] AdolSciência-Revista Júnior de Investigação p. 1-10
- Gregório MJ, Sousa SM de, Chkoniya V, Graça P. (2020) Estudo de Adesão ao Padrão Alimentar Mediterrânico. [Study of Adherence to the Mediterranean Dietary Standard] Direção-Geral da Saúde. p. 1–9.
- Castro-Quezada I, Román-Viñas B, Serra-Majem L. (2014) The Mediterranean Diet and Nutritional Adequacy: A Review. *Nutrients*. Jan 3;6(1):231–48.