



I MOSTRA CIENTÍFICA DO
CURSO DE NUTRIÇÃO
UNIVERSIDADE DE VASSOURAS



UNIVERSIDADE DE
vassouras

I Mostra Científica do Curso de Nutrição

17 de junho de 2023

Comissão Organizadora

Dr^a Fernanda Ornellas Pinto da Cruz

Dr^a Gabriela Câmara Vicente

Dr^a Iara Karise dos Santos Mendes

Dr^a Nayara Peixoto Silva

Dr^a Vanessa da Silva Tavares Rodrigues

Editora da Universidade de Vassouras

Vassouras/RJ

2023

Presidente da Fundação Educacional Severino Sombra (FUSVE)

Adm. Gustavo de Oliveira Amaral

Reitor da Universidade de Vassouras

Marco Antonio Soares de Souza

Diretor Geral Campus Maricá

Andurte de Barros Duarte Filho

Pró-Reitor de Pesquisa e Pós-Graduação da Universidade de Vassouras

Carlos Eduardo Cardoso

Coordenadora do Curso de Nutrição Campus Maricá

Dr^a Nayara Peixoto Silva

Editora-Chefe das Revistas Online da Universidade de Vassouras

Lígia Marcondes Rodrigues dos Santos

Diagramação

Luis Felipe Soares Gomes

Mariana Moss

I Amostra Científica do Curso de Nutrição

IIIo Organizado por: Fernanda Ornellas Pinto da Cruz, Gabriela Câmara Vicente, Iara Karise dos Santos Mendes, Nayara Peixoto Silva, Vanessa da Silva Tavares Rodrigues .- Vassouras, RJ :editora : Universidade de Vassouras, 2023.

56 p.

Recurso eletrônico

Formato: E-book

Modo de acesso: <http://editora.universidadedevassouras.edu.br/index.php/PT/issue/view/272>

ISBN: 978-65-87918-60-0

1. Nutrição. 2. Saúde. I. Cruz, Fernanda Ornellas Pinto da. II. Vicente, Gabriela Câmara. III. Mendes, Iara Karise dos Santos. IV. Silva, Nayara Peixoto. V. Rodrigues, Vanessa da Silva Tavares. VI. Universidade de Vassouras. VII. Título.

Sistema Gerador de Ficha Catalográfica On-line – Universidade de Vassouras

Todos os direitos reservados. É permitida a reprodução parcial ou total desta obra, desde que citada a fonte e que não seja para venda ou qualquer fim comercial.

O texto é de responsabilidade de seus autores. As informações nele contidas, bem como as opiniões emitidas, não representam pontos de vista da Universidade de Vassouras.

Comitê Científico

Dr^a Aline D'Avila Pereira
Dr^a Andressa Cabral de Miranda
Dr^a Anne Marcelle Marques Coelho
Dr^a Fernanda Ornellas Pinto da Cruz
Dr^a Gabriela Câmara Vicente
Dr^a Isabela Teixeira Bonomo
Dr João Dario Martins Mattos
Dr^a Nayara Peixoto Silva
Dr^a Thamara Cherem Peixoto
Dr^a Vanessa da Silva Tavares Rodrigues
Me. Victor Hugo Cordeiro Rosa

Equipe Avaliadora

Avaliadores internos - Universidade de Vassouras

Dr^a Aline D'Avila Pereira
Dr^a Andrea Mariano de Oliveira
Dr^a Anne Marcelle Marques Coelho
Dr^a Fernanda Ornellas Pinto da Cruz
Dr^a Gabriela Câmara Vicente
Dr^a Iara Karise dos Santos Mendes
Dr^a Isabela Teixeira Bonomo
Dr João Dario Martins Mattos
Dr^a Nayara Peixoto Silva
Dr^a Thamara Cherem Peixoto
Dr Sávio Luís Oliveira da Silva
Dr^a Vanessa da Silva Tavares Rodrigues
Me. Victor Hugo Cordeiro Rosa

Avaliadores externos

Dr André Manoel Correia Santos
(Universidade Iguazu - UNIG)
Domênica L Panno
(Nutricionista - Hospital Municipal Conde Modesto Leal - Maricá RJ)
Especialista Jocilene Leite Alves
(Nutricionista)
Me. Roberta Cardoso Tavares Salarolli
(Nutricionista - Colégio Bezerra de Araújo - CBA)

APRESENTAÇÃO

Caro leitor,

É com enorme satisfação que apresentamos o Anais da I Mostra Científica do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras, celebrado no dia 17 de junho de 2023 na cidade de Maricá - RJ. Este material fornece a compilação dos 49 resumos de trabalhos, apresentados sobre a modalidade pôster ou apresentação oral, que fizeram parte de nossa programação científica, objetivando a reflexão e discussão sobre diferentes assuntos relacionados às Ciências da Nutrição.

Esperamos que este conteúdo possa contribuir como fonte de conhecimento, debate e pesquisa, juntamente com os trabalhos que estarão disponibilizados na íntegra, mediante a autorização dos autores, no repositório de nossa Instituição de Ensino.

Com a certeza de que podemos difundir qualidade e valores, desejamos uma ótima leitura.

Comitê Científica I Mostra Científica do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras

Sumário

A influência da mídia no desenvolvimento dos transtornos alimentares.....	8
Estratégias governamentais nutricionais que visam à prevenção e combate da obesidade.....	9
Relação existente entre a introdução precoce de açúcar em lactentes e a modulação de paladar, levando a predisposição ao desenvolvimento de diabetes mellitus na infância.....	10
Repercussão da disbiose intestinal e o desenvolvimento de demência – uma revisão bibliográfica	11
A influência da publicidade e da mídia na alimentação infantil: principais fatores prejudiciais	12
Os principais benefícios do uso de ômega 3 na gestação para o desenvolvimento fetal.....	13
Relação existente entre o consumo de glúten e o desenvolvimento cognitivo de crianças com transtorno do espectro autista	14
Comportamento seletivo alimentar: possíveis fatores de influência em crianças na fase pré-escolar	15
Determinação de ácido ascórbico em sucos de laranja comercializados em estabelecimentos aos redor do campus universitário de Maricá-RJ	16
Avaliação da análise sensorial da massa enriquecida com diferentes concentrações de spirulina	17
Avaliação de cardápios de uma escola privada e pública de educação infantil no município de Maricá	18
Avaliação dos parâmetros antropométricos em alunos universitários brasileiros: uma revisão de literatura	19
Utilização da farinha de banana verde no controle glicêmico no diabetes mellitus tipo 2: uma revisão de literatura.....	20
Breve reflexão da insegurança alimentar e nutricional no Brasil em tempos de pandemia da covid-19	21
A influência da nutrigenômica na terapia nutricional do câncer: uma revisão de literatura.....	22
Os benefícios da dieta dash (<i>dietary approach to stop hypertension</i>) no manejo da hipertensão arterial sistêmica.....	23
Principais causas maternas que levam ao desmame precoce.....	24
A influência da mídia na obesidade infantil.....	25
A influência das novas tecnologias sobre o padrão de alimentação na geração Y.....	26
Os impactos das dietas da moda e o papel da nutrição	27
Impacto da nutrição no estado nutricional de pacientes com HIV e síndrome da imunodeficiência adquirida	28
Nutrigenômica como ferramenta no tratamento do diabetes mellitus tipo II.....	29
A influência materna (estado nutricional e alimentação) e do desmame precoce como efeitos de programação metabólica	30
Nutrição e envelhecimento: uma ponte entre o conhecimento científico e a população idosa de Maricá-RJ	31
Transtornos alimentares: bulimia nervosa em adolescentes e seu estado nutricional	32
A influência materna (estado nutricional e alimentação) e do desmame precoce como efeitos de programação metabólica	33

A importância da mudança do estilo de vida na prevenção e tratamento da obesidade infantil..	34
Impacto da alimentação vegana no estado nutricional de crianças	35
O impacto do consumo da laranja moro (<i>Citrus sinensis</i> (L.) Osbeck var. Moro) na microbiota intestinal.....	36
Emprego do ômega-3 durante a fase ativa da doença de Crohn	37
Impacto e influência das redes sociais sobre as dietas da moda restritivas: consequências nutricionais na saúde da mulher	38
Benefícios Da Utilização Do Pycnogenol® (<i>Pinus Pinaster</i>) No Tratamento Do Melasma: Uma Revisão De Literatura.....	39
Diabetes mellitus tipo 2: principais orientações nutricionais utilizadas para o tratamento não farmacológico.....	40
Avaliação do padrão de identidade e qualidade de óleos utilizados em unidades de alimentação e nutrição nos bairros Flamengo e Centro no município de Maricá.....	41
Avaliação do consumo de ferro em gestantes no município de Maricá - RJ.....	42
Estratégias comportamentais para minimizar o impacto da seletividade alimentar em crianças portadoras do transtorno do espectro autista: uma revisão de literatura.....	43
Programação fetal e as consequências da obesidade materna sobre a descendência.....	44
A importância da educação alimentar e nutricional na escola.....	45
Importância da nutrição na tuberculose	46
O impacto da educação alimentar e nutricional na saúde de pessoas idosas	47
O uso fitoterápico amoreira-preta (<i>Morus nigra</i> L.) Para diminuição dos sintomas no climatério: uma revisão da literatura.....	48
Cúrcuma (<i>Curcuma longa</i> L.): Tratamento coadjuvante para diferentes tipos de câncer.	49
Avaliação da análise sensorial da massa enriquecida com diferentes concentrações de <i>Spirulina</i>	50
A importância dos corpos cetônicos na dieta cetogênica, como forma de tratamento para epilepsia refratária em crianças	51
Como a seletividade alimentar pode influenciar na saúde intestinal de crianças com transtorno do espectro autista.....	52
Educação nutricional e perfil de pacientes com diabetes mellitus tipo 2 acompanhados numa rede de atenção básica do município de Maricá-RJ	53
Potabilidade da água/saneamento básico e sua relação com doenças de veiculação hídrica causadas através da ingestão de água contaminada em Maricá- RJ.....	54
Prevalência de fatores de risco comportamentais para as principais doenças cardiovasculares em discentes de uma instituição de ensino superior da cidade de Maricá-RJ	55
Impacto da pandemia da COVID-19 sobre os hábitos alimentares da população idosa acima de 60 anos do Município de Maricá	56

A influência da mídia no desenvolvimento dos transtornos alimentares

Maria Luisa Marques Pereira¹, Thamara Cherem Peixoto²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

Introdução: Transtornos alimentares são doenças psiquiátricas motivadas por alteração na autoimagem corporal que levam a busca pela perda de peso por meio de restrições alimentares, medicamentos e exercícios físicos intensos. As mídias sociais têm papel no desenvolvimento dos transtornos alimentares, através do reforço do padrão corporal inalcançável imposto aos seus usuários. **Metodologia:** Foi realizada uma revisão bibliográfica narrativa seguindo a sistematização da pesquisa: busca por títulos, leitura do resumo, leitura dos artigos na íntegra e análise do conteúdo, os selecionados responderam a faixa temporal de 2010 até 2023. **Desenvolvimento:** Transtornos alimentares afetam principalmente adolescentes do sexo feminino, por serem mais suscetíveis ao padrão corporal imposto pela sociedade, levando ao comportamento de risco para o desenvolvimento dos transtornos alimentares. Entre os transtornos mais comuns estão anorexia nervosa e bulimia nervosa, onde são reproduzidos comportamentos de restrição alimentar e purgação incentivados pelo desejo de emagrecer, influenciados principalmente pelas postagens nas redes sociais de influenciadores digitais. A mídia tem uma grande influência sobre as pessoas, disseminando em larga escala um padrão corporal e de beleza associado à magreza, gerando insatisfação corporal nos indivíduos. É importante que o nutricionista cumpra seu papel em educação nutricional nas redes sociais, propagando informações com base científica, desmistificando Fake News nutricionais e agindo de acordo com o código de ética profissional. Além disso, o nutricionista tem um papel fundamental na equipe multidisciplinar, atuando no tratamento de pacientes com transtornos alimentares para alcançar o peso corporal adequado e melhorar a relação do indivíduo com os alimentos. **Considerações finais:** Diversas pessoas, estão no ambiente virtual difundindo conteúdo relacionado a alimentação, independente do embasamento técnico-científico. O nutricionista é o profissional capacitado para promover conteúdos relacionados a alimentação, podendo influenciar positivamente os indivíduos nas escolhas alimentares saudáveis contribuindo para a promoção da saúde.

Palavras-chaves: Mídia; Transtornos Alimentares; Nutricionista.

Estratégias governamentais nutricionais que visam à prevenção e combate da obesidade

Cristiane de Oliveira Neiva¹, Luciana da Fonseca¹,Thamara Cherem Peixoto²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

A obesidade é um problema de saúde pública que cresce em proporções epidêmicas em todo mundo. A obesidade é uma doença complexa e multifatorial, que atinge dimensões sociais e psicológicas e que acarreta uma série de fatores negativos para a saúde e bem-estar do indivíduo. Nesse sentido, algumas estratégias governamentais vêm sendo desenvolvidas e implementadas no sentido de apoiar e fortalecer as ações nutricionais de prevenção e combate a obesidade. Este estudo teve como objetivo apresentar documentos e estratégias governamentais importantes no combate da obesidade, destacando o papel da nutrição nesse panorama. Foi realizado uma revisão narrativa destacando as seguintes estratégias: Política Nacional de Alimentação e Nutrição, Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional, Guia alimentar para a população brasileira, Guia alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos e a Estratégia Prevenção e Atenção à Obesidade Infantil. Este estudo mostra a importância das estratégias governamentais para o fortalecimento das ações de nutrição principalmente no âmbito do Sistema Único de Saúde, contribuindo para autonomia dos indivíduos, no desenvolvimento de independência diante das escolhas alimentares e promoção da saúde da população. No entanto, é fundamental um planejamento político eficaz para que essas ações possam ser desenvolvidas de forma adequada, possibilitando investimentos para garantir a efetividade e continuidade das ações dentro dos serviços de saúde.

Palavras-chaves: Obesidade; Estratégias Governamentais; Nutrição; Saúde.

Relação existente entre a introdução precoce de açúcar em lactentes e a modulação de paladar, levando a predisposição ao desenvolvimento de diabetes mellitus na infância

Andressa Betencourte da Conceição¹, Patrícia Ferreira da Silva¹, Isabela Teixeira Bonomo²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

O diabetes mellitus tipo 2 (DM2) é uma doença crônica não transmissível (DCNT) onde a quantidade de insulina é insuficiente para suprir a oferta de glicose e/ou não é capaz de agir adequadamente. Está ligado a fatores ambientais, acometendo principalmente pessoas com sobrepeso ou obesidade, e que apresentam uma alimentação rica em gorduras e açúcares. Atualmente verifica-se aumento da prevalência de sobrepeso e obesidade, assim como também maior incidência de DM2 em crianças. O objetivo do presente trabalho é compreender como a introdução precoce de açúcar pode predispor o desenvolvimento de DM 2 na infância. Há algum tempo observa-se uma transição nutricional na população, com aumento expressivo no consumo de alimentos ultraprocessados, e oferta cada vez mais precoce, já nos primeiros 6 meses de vida, incluindo alimentos com elevado teor de açúcares. Tal mudança de hábito alimentar está relacionada com risco aumentado de sobrepeso na primeira infância. Estudos identificam uma expressiva oferta de sucos, bebidas açucaradas e biscoitos recheados as crianças na introdução alimentar. Pode-se concluir que a ingestão de alimentos com alta concentração de açúcares e gorduras está associada a ocorrência de excesso de peso, desenvolvimento de hábitos alimentares inadequados e o aparecimento de DM2 na infância.

Palavras-chaves: Nutrição Infantil; Diabetes Tipo 2 na Infância; Aleitamento Materno; Desmame Precoce; Introdução Alimentar Precoce.

Repercussão da disbiose intestinal e o desenvolvimento de demência – uma revisão bibliográfica

Camila Camargo da Silva¹, Maria Poliana Souza dos Santos¹, Gabriela Câmara Vicente²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

O processo de envelhecimento pode se desencadear de maneira natural ou fisiopatológica, sendo esta associada a fatores que podem levar ao desenvolvimento de determinados tipos de demência. Além disso, o desequilíbrio da microbiota intestinal está associado à formação de quadros neurodegenerativos, tendo em vista a troca de informações e metabólitos através do eixo intestino-cérebro. O presente estudo visa compreender o papel da disbiose intestinal no desenvolvimento de demência, abrangendo os principais tipos de demência e alterações na composição da microbiota intestinal, além de apresentar ferramentas de tratamento nutricional para minimizar tais quadros. Foi realizada uma pesquisa de uma revisão narrativa através das, consultando as bases de dados Pubmed, Bireme/Lilacs, Scielo e Google Scholar. O estudo constatou que o envelhecimento pode transcorrer em perdas funcionais, sobretudo quando associado a uma ingestão alimentar pobre em fibras, carboidratos complexos e ácidos graxos livres, podendo desencadear uma desregulação da composição da microbiota intestinal e o aumento da permeabilidade intestinal. Devido à comunicação do sistema nervoso entérico (SNE), esse desequilíbrio microbiológico é capaz de encaminhar proteínas beta-amilóides à região cerebral, o que corrobora com o processo oxidativo, preceptor do principal tipo de demência. Comprovou-se ainda que uma dieta rica em fibras, probióticos, ácidos graxos poli-insaturados ômega-3, assim como a baixa ingestão de gorduras saturadas e carboidratos simples, pode reduzir a resposta inflamatória, minimizando o risco de comprometimento neurodegenerativo.

Palavras-chaves: Nutrição; Demência; Disbiose; Microbiota; Alimentação.

A influência da publicidade e da mídia na alimentação infantil: principais fatores prejudiciais

Giselle Silva Teixeira Fróes¹, Anne Marcelle Marques Coelho²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

Numa realidade onde crianças possuem acesso aos meios de comunicação de forma facilitada e por vezes ilimitada estas tornam-se alvo em potencial para as propagandas alimentícias que podem influenciar seus hábitos alimentares. O objetivo desse estudo foi verificar a influência da publicidade e da mídia nos hábitos alimentares das crianças apresentando os principais fatores prejudiciais na manutenção da saúde e na alimentação infantil. Foi realizada revisão de literatura baseada em estudos através dos descritores "alimentação infantil", "nutrição infantil" e "meios de comunicação" nos portais acadêmicos Lilacs, Scientific Electronic Library Online (SciELO) e Google Acadêmico, entre 2018 a 2022. Questões como escolha de alimentos industrializados por afinidade com personagens na embalagem, publicidade digital, influencers mirins e a afinidade digital dirigidas a crianças foram destacados como sendo temas principais apontados nos estudos encontrados. O trabalho do nutricionista é fundamental juntamente com a apoio familiar, para acompanhar, orientar e estimular hábitos mais saudáveis elucidando questões sobre a qualidade nutricional dos alimentos oferecidos às crianças. É importante esforços conjuntos para estabelecer programas para inibir a atração e a influência do marketing e da publicidade para produtos que possam prejudicar a alimentação regular e saudável na vida das crianças.

Palavras-chaves: Publicidade; Alimentação; Nutrição.

Os principais benefícios do uso de ômega 3 na gestação para o desenvolvimento fetal

Tatiane Gregório Bezerra da Silva¹, Tatiane de Sá Costa¹, Anne Marcelle Marques Coelho²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

O Ômega-3, ou ácido alfa linolênico, é um ácido graxo de cadeia longa poli-insaturada, classificado como essencial, e está associado ao desenvolvimento e saúde humana. Durante a gestação uma alimentação saudável é importante para a saúde da mãe e desenvolvimento fetal. O consumo dos ácidos graxos Ômega-3 tem sido estimulado durante a gravidez objetivando o desenvolvimento adequado do feto e tempo adequado de gestação. O objetivo desse estudo foi relacionar os principais benefícios associados ao uso de Ômega-3 durante a gestação para o desenvolvimento fetal. Foi realizada uma revisão bibliográfica da literatura na base de dados PUBMED, considerando as publicações dos últimos 10 anos. Como principais resultados destacamos os efeitos protetores no DNA do feto, possível ação no equilíbrio da resposta imune alterando a metilação do promotor de citocinas de células T auxiliaadoras, ação antioxidante e redução do risco de parto prematuro, aumento de peso do bebê. Há evidências de que esses ácidos graxos possuem um papel determinante em contribuir para um tempo de gestação adequado, prevenção de sintomas depressivos e redução dos riscos cardiovasculares na gestante, além da diminuição da resposta inflamatória no feto. O manejo nutricional da dieta associado a suplementação desse nutriente pode garantir um aporte adequado do Ômega 3 no período gestacional. Apesar de serem necessárias mais pesquisas elucidativas, conclui-se que os estudos apontaram impactos positivos do Ômega-3 no desenvolvimento fetal quando consumido regularmente durante a gestação.

Palavras-chaves: Ômega-3; Desenvolvimento Fetal; Suplementação; Gestação.

Relação existente entre o consumo de glúten e o desenvolvimento cognitivo de crianças com transtorno do espectro autista

Anna Lúcia Souza de Abreu¹, Isabela Teixeira Bonomo²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é um distúrbio no desenvolvimento neurológico que se apresenta de diferentes formas, dificultando o desenvolvimento comportamental, comunicativo, cognitivo e alimentar na criança autista. O estudo busca fatores que possam contribuir para a redução de sintomas ou características específicas da criança com TEA. O objetivo foi compreender a presença de alterações comportamentais relacionados a ingestão do glúten, apontando para as questões de seletividade alimentar que podem causar desordens no trato gastrointestinal interferindo no desenvolvimento cognitivo da criança autista. Alguns autores sugerem a intervenção nutricional sem glúten como alternativa na melhora do funcionamento do trato gastrointestinal, tendo por objetivo interferir nas questões comportamentais e desenvolvimento cognitivo da criança autista, como forma contribuir positivamente na melhora de sua qualidade de vida. Diante das desordens gastrointestinais apontadas como sendo um dos fatores que potencializam as características do TEA, buscou-se entendimento sobre a influência do glúten no funcionamento do intestino, sendo esse responsável para a absorção de nutrientes necessários para o desenvolvimento do cérebro. Em conclusão, artigos mostram que a retirada do glúten da alimentação pode influenciar que forma positiva o comportamento e o desenvolvimento cognitivo da criança com TEA.

Palavras-chaves: Transtorno do Espectro Autista; Desenvolvimento Cognitivo; Seletividade Alimentar; Ingestão de Glúten.

Comportamento seletivo alimentar: possíveis fatores de influência em crianças na fase pré-escolar

Sheila Barbosa Dos Reis De Oliveira¹, Anne Marcelle Marques Coelho²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

A alimentação surge atualmente como potencial influenciador na qualidade de vida das crianças e principalmente em sua saúde. A Seletividade Alimentar é caracterizada por recusa alimentar, pouco apetite e desinteresse pelo alimento. É um comportamento típico da fase pré-escolar, mas, quando presente em ambientes familiares desfavoráveis, pode acentuar-se e permanecer até a adolescência. A alimentação saudável no decorrer da fase infantil apresenta-se como fundamental para o desenvolvimento e crescimento das crianças e por isso o estudo teve como objetivo identificar quais fatores pode influenciar no comportamento seletivo alimentar em crianças em fase pré-escolar (entre 4 anos e 5 anos). A metodologia utilizada foi a pesquisa bibliográfica e documental. Foram destacados quatro principais fatores: o desmame precoce; a introdução alimentar precoce; a aceitação da consistência dos alimentos e as estratégias gastronômicas. A introdução de alimentos sólidos dentro do tempo preconizado pode favorecer a uma maior intenção para consumir um novo alimento, enquanto o desmame precoce e a introdução alimentar inoportuna podem influenciar a seletividade alimentar em crianças na fase pré-escolar. A aceitação está associada a causas como sensação do sabor, sentir segurança com a cor, prioridades com a consistência e textura. Outros documentos apontaram que o manejo nutricional e a relação Escola e Família podem surtir bons resultados no progresso da criança com Seletividade Alimentar. Sugere-se utilizar estratégias gastronômicas associadas a pratos coloridos, contação de histórias, assim como o uso do método BLW para estimular uma melhor aceitação dos alimentos por permitir um contato mais experimental com o alimento. É importante ressaltar que esse momento deverá ser permeado de paciência, cuidado e persistência, compreendendo que cada pequeno progresso será importante para a qualidade de vida da criança.

Palavras-chaves: Alimentação Saudável; Pré-escolar; Seletividade Alimentar; BLW.

Determinação de ácido ascórbico em sucos de laranja comercializados em estabelecimentos aos redor do campus universitário de Maricá-RJ

Sara Pereira Gomes¹, Victor Hugo Rosa²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

Os humanos fazem parte do grupo de seres vivos que não são capazes de sintetizar vitamina C, a mesma possui importância para o organismo, atuando com função antiescorbútica, síntese do colágeno, absorção do ferro e cura de resfriados. Portanto, torna-se necessária uma ingestão adequada desta vitamina. Objetivo Geral: Determinar a concentração de Vitamina C (ácido ascórbico) encontrados em amostras de sucos de laranja In natura e industrializados comercializados em Maricá. Metodologia: Realizou-se o método de análise experimental, neste caso o método de iodometria, sendo feito essas análises ao longo de 4 dias. Resultados: Os resultados desse estudo apontam para a importância do consumo de sucos frescos obtidos de frutas in natura. Sendo assim, torna-se fundamental esclarecer a população sobre os benefícios advindos da ingestão de frutas tanto na forma de sucos, fator averiguado neste estudo, quanto na sua forma natural, no que diz respeito à vitamina C. Conclusão: De acordo com as análises, no material coletado e analisado, o quantitativo de vitamina C absorvido nos sucos in natura são esperados e suficientes desde que não seja a única fonte de reposição.

Palavras-chaves: Determinação de Vitamina C, Laranja, Ácido Ascórbico.

Avaliação da análise sensorial da massa enriquecida com diferentes concentrações de spirulina

Tayana dos Santos Corrêa¹, Rosana Antunes Nogueira¹, Aline D'Avila Pereira²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

Tendo em vista que a depressão e a obesidade são duas condições clínicas crescentes e prevalentes no mundo, esta pesquisa trata sobre a influência da alimentação na depressão e na obesidade em adultos. A presente pesquisa teve como objetivo geral compreender a relação da alimentação no desenvolvimento da depressão e da obesidade e, desta forma, esclarecer o real impacto da alimentação sobre as doenças. Desta forma, a pesquisa pretendeu aprofundar o conceito de depressão e obesidade, entender a associação entre as doenças e identificar a relação causal dos hábitos de vida que levam as escolhas alimentares e contribuem para o desenvolvimento da depressão e da obesidade. Realizou-se, então, uma revisão de literatura de abordagem narrativa e caráter qualitativo. Diante disso verificou-se que os hábitos alimentares têm um papel importante no desenvolvimento das doenças, onde foi possível concluir que o alto consumo de alimentos ultraprocessados contribui positivamente para o desenvolvimento das doenças.

Palavras-chaves: Depressão; Obesidade; Alimentos Ultraprocessados; Alimentação; Hábitos Alimentares.

Avaliação de cardápios de uma escola privada e pública de educação infantil no município de Maricá

Giselle Breves Donola¹, Victor Hugo Cordeiro Rosa²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

Sabendo que a alimentação infantil é inadequada, isso acaba gerando uma problemática. Com isso, é desenvolvido as políticas públicas, que tem a capacidade de resolver questões relacionadas a saúde e qualidade de vida, visando o bem-estar dessa população. O cardápio é uma ferramenta bastante importante para a manutenção da saúde desse público. A elaboração dos cardápios no Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), é responsabilidade do nutricionista, tendo que respeitar as diretrizes do programa (MEDEIROS, 2013). A pesquisa foi realizada em duas escolas (privada e pública), situada na cidade de Maricá (privada – Maricá e pública – Itaipuaçu). Destas escolas foram avaliados cinco cardápios planejados para compor as refeições de cinco dias consecutivos (segunda à sexta), correspondentes ao Mês de fevereiro, março e abril de 2023. Os dados também foram apresentados de acordo com a frequência semanal média mínima e máxima dos grupos avaliados entre as escolas, com o objetivo de comparar os resultados encontrados nos cardápios analisados com os parâmetros semanais estabelecidos para a alimentação escolar pela Resolução nº 6, de 8 de maio de 2020. Os cardápios escolares devem ser elaborados pelo nutricionista, ou seja, responsável técnico do PNAE, respeitando as necessidades nutricionais, os hábitos e cultura alimentar da região, e na promoção da alimentação adequada e saudável (BRASIL, 2022). Diante do exposto, nota-se que a escola pública segue uma tendência de melhores escolhas dos alimentos dentro das categorias de frequência de consumo, assim como também, melhor distribuição energética, apresentou cardápios mais variados.

Palavras-chaves: Alimentação, escola pública, escola privada, cardápio, PNAE.

Avaliação dos parâmetros antropométricos em alunos universitários brasileiros: uma revisão de literatura

Bruno Freitas¹, Cristiane de Oliveira Berardo¹, Aline D'Avila Pereira²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

O objetivo do presente estudo foi realizar uma revisão bibliográfica acerca da avaliação da composição corporal por principais métodos antropométricos em alunos universitários brasileiros, fazendo uso dos seguintes métodos: DXA, Bioimpedância, Dobras Cutâneas e IMC, estabelecendo comparações entre si. Foram avaliados universitários de cursos e instituições diferentes. Tomando como base os resultados destas pesquisas, conclui-se que a maior parte dos Universitários avaliados apresentaram uma classificação normal (eutrófico) e que apesar do padrão ouro da DXA, o IMC combinado com a circunferência de cintura (CC) tem o melhor custo-benefício para a avaliação em grandes grupos, com rapidez e facilidade na avaliação nutricional, conseguindo unir indicadores de obesidade e de risco de doenças cardiovasculares.

Palavras-chaves: DXA; Dobra Cutânea; Bioimpedância; IMC; Universitários.

Utilização da farinha de banana verde no controle glicêmico no diabetes mellitus tipo 2: uma revisão de literatura.

Pedro Vinícius M Galvão¹, Vanessa da S. T. Rodrigues²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

A Sociedade Brasileira de Diabetes (2019) relata que mais de 13 milhões de pessoas no Brasil vivem atualmente com diabetes, o que representa 6,9% da população do país. O Diabetes Mellitus Tipo 2 é uma doença crônica caracterizada por hiperglicemia persistente, causada principalmente pela resistência à ação da insulina em tecidos periféricos. A ineficiência ou a ausência desses hormônios leva a um estado de hiperglicemia, causando uma série de distúrbios no organismo. A hiperglicemia crônica pode danificar os vasos sanguíneos ao longo do tempo, levando a condições como aterosclerose, doença arterial coronariana, acidente vascular cerebral e doença vascular periférica. A pesquisa foi realizada nas bases de dados (Periódicos CAPES, Scielo, PubMed, Google Acadêmico). Foram selecionados artigos em português, inglês, entre os anos de 2002 a 2023. Algumas estratégias não farmacológicas podem ser adotadas para o controle da doença, dentre elas está o uso da farinha de banana verde, alimento rico em fibras, vitaminas, minerais e compostos bioativos. Sua composição pode variar, mas geralmente contém cerca de 73% de carboidratos na qual grande parcela é representado pelo amido resistente que desempenha um papel importante na saúde digestiva, promovendo o funcionamento regular do intestino, proporcionando saciedade e auxiliando no controle do peso corporal. Assim, foi possível concluir que a farinha de banana verde é pouco valorizada pela cultura e culinária nacional, portanto é de importância fundamental investir em campanhas de divulgação e programas educacionais para informar as pessoas sobre os benefícios da farinha de banana verde. Isso pode ser feito por meio de palestras, workshops culinários, materiais informativos e mídias sociais, para que a população seja bem informada.

Palavras-chaves: Diabetes; Insulina; Farinha de Banana Verde; Amido Resistente; Controle Glicêmico.

Breve reflexão da insegurança alimentar e nutricional no Brasil em tempos de pandemia da covid-19

Anastácia dos Santos Macie¹, Anne Marcelle Marques Coelho²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

O termo Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) relaciona-se à realização do direito de todos ao acesso regular e permanente a alimentos de qualidade, em quantidade suficiente, sem comprometer o acesso a outras necessidades essenciais, com base em práticas alimentares promotoras de saúde, que respeitem a diversidade cultural e sejam ambiental, cultural, econômica e socialmente sustentáveis. Um cenário de Insegurança Alimentar e Nutricional caracteriza-se pela ausência da SAN. A pandemia da COVID-19 agravou questões sociais e econômicas afetando diretamente o direito à alimentação adequada. O objetivo deste trabalho foi refletir sobre o cenário de insegurança alimentar e nutricional no Brasil em tempos da pandemia da COVID-19. Trata-se de uma revisão narrativa da literatura com busca de artigos publicados nos últimos cinco anos (2018-2023) a partir dos descritores: "Segurança Alimentar e Nutricional", "Insegurança Alimentar", "COVID-19", "Programas e Políticas de Nutrição e Alimentação" e "Direito a Alimentação" na base de dados da Biblioteca Virtual de Saúde (BVS) em português, inglês e espanhol. Foram selecionados 182 artigos e organizados em categorias temáticas. Pode-se observar que as restrições de circulação impactaram significativamente o acesso aos alimentos in natura como fechamento de feiras livres, interrupções nas cadeias de abastecimento e na venda de produtos da agricultura familiar. A diminuição da renda pela perda de emprego, redução de salários e o aumento dos preços dos alimentos estiveram entre os problemas de agravamento da insegurança alimentar nas famílias. Em contrapartida, observou-se aumento do consumo de alimentos ultraprocessados durante a pandemia justificado por serem mais baratos e de fácil acesso. A SAN vai além da disponibilidade de alimentos configurando-se como a relação que o indivíduo e o coletivo têm com o alimento. Políticas públicas de SAN no Brasil existem e são fundamentais para garantir o direito humano a alimentação adequada. É essencial que tais políticas sejam fortalecidas e implementadas de forma eficaz, para que atendam às necessidades da população, especialmente em cenários críticos como na pandemia da COVID-19. Como medidas de garantia de SAN às famílias vulneráveis o governo brasileiro, em suas esferas, apresentou programas como o Renda Básica Emergencial, Programa de Aquisição de Alimentos e incremento do Auxílio Brasil. O Programa de Alimentação Escolar foi editado para distribuir kits de alimentos para preparo em domicílio. Em alguns casos incluiu-se distribuição de alimentos e água para famílias em situação de risco. Contudo, apenas 4 em cada 10 domicílios mantiveram acesso a alimentação via medidas governamentais. Conclui-se então que a pandemia trouxe um agravamento do cenário de insegurança alimentar e nutricional fragilizando a alimentação e nutrição de parte significativa da população brasileira. O país instituiu e reforçou políticas importantes voltadas para a segurança alimentar e nutricional à população durante a pandemia. É essencial que tais políticas sejam fortalecidas e revisitadas para que garantam o direito à Segurança Alimentar e Nutricional de toda a população de forma contínua.

Palavras-chaves: Segurança Alimentar; Insegurança Alimentar; COVID-19; Políticas Públicas em Alimentação e Nutrição.

A influência da nutrigenômica na terapia nutricional do câncer: uma revisão de literatura

Evelly de Lemos Jardim¹, Juliana Rocha de A. Silva¹, Fernanda Ornellas²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

Nos dias de hoje vem sendo observada uma preocupação crescente com a saúde, sendo maior procura por profissionais da saúde com intuito de prevenir doenças ou de até mesmo amenizar sintomas, especialmente em relação ao câncer, enfermidade que cresce de forma vertiginosa. Assim, o presente trabalho tem como objetivo desenvolver uma revisão de literatura, do tipo narrativo com intuito de compreender a influência da nutrigenômica nos diversos tipos de câncer. Para obter-se os principais objetivos deste estudo, foi utilizado como processo metodológico a pesquisa documental exploratória, com caráter investigativo, no intuito de se elevar os conhecimentos à respeito da utilização da Nutrigenômica como método de prevenção/tratamento de Doenças Crônicas Não Transmissíveis, bem como a elucidação de seus mecanismos de ação e expressão gênica, agindo de forma significativa e eficaz na terapia nutricional relacionada ao câncer. Notou-se que, ao longo da vida o indivíduo vem se expondo aos efeitos maléficos de uma dieta desequilibrada, o que a princípio pode não se manifestar, porém a longo prazo os efeitos dessa exposição podem trazer sérios riscos à saúde humana. Neste contexto surge a Nutrigenômica e seus mecanismos de ação, explicados por meio de compostos bioativos identificados como moduladores, dentre eles a curcumina, a qual tem várias propriedades farmacológicas e biológicas descritas na literatura, como antioxidantes, anti-inflamatório, anticancerígeno e antibacterianas, antiviral e antifúngico. A Epigallocatequina Galato (EGCG) é um potente antioxidante capaz de reduzir a expressão gênica de proteínas e fatores de transcrição relacionados à inflamação. O resveratrol que possui capacidade de bloqueio e ativação de agentes cancerígenos, com diminuição da resposta inflamatória e redução da proliferação de células cancerígenas através de suas propriedades quimiopreventivas. A vitamina D tem relação direta com sistema imunológico através da regulação da diferenciação de células como linfócitos e macrófagos, diminuindo a produção de citocinas in vitro presentes em processos carcinogênicos. E por último o ômega 3 que dentre vários benefícios à saúde, age diretamente no genoma, modulando resposta inflamatória da proliferação celular, da diferenciação e da apoptose e interrupção da angiogênese e metástase. Logo, essas informações reforçam a relevância da Nutrigenômica enquanto ferramenta nutricional na terapia do câncer.

Palavras-chaves: Câncer; Nutrigenômica; Doenças Crônicas Não Transmissíveis.

Os benefícios da dieta dash (*dietary approach to stop hypertension*) no manejo da hipertensão arterial sistêmica

Ana Paula Garcia da Silva¹, Juliana Vale Antunes¹, Gabriela Câmara Vicente²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

Dieta DASH (Dietary Approach to Stop Hypertension) – conhecida como uma abordagem dietética para indivíduos com hipertensão – é uma alimentação saudável recomendada para pessoas hipertensas que tem como propósito prevenir e controlar a pressão arterial. O objetivo desse trabalho foi demonstrar através da revisão da literatura que a dieta DASH é eficaz no controle da hipertensão arterial. Foi realizado um levantamento de revisão da literatura onde incluiu artigos científicos, nas bases do PubMed, Bireme/Lilacs, Scielo Scientific Electronic Library Online e Google Scholar, nos idiomas Português, Inglês e Espanhol. O resultado da pesquisa da dieta, que inclui a ingestão de frutas e outros alimentos no dia a dia, foi à diminuição da pressão arterial, mesmo sem a perda de peso ou a redução da ingestão de sal, esse estilo de dieta, é bastante indicado na prevenção e no tratamento das doenças cardiovasculares, principal causa de morte no Brasil e no mundo. O simples ato de aumentar o consumo de frutas, vegetais, carnes magras na alimentação diária pode diminuir de forma significativa a pressão arterial.

Palavras-chaves: Dieta DASH; Hipertensão Arterial Sistêmica; Manejo da Dieta DASH.

Principais causas maternas que levam ao desmame precoce

Iara Silveira Moreira da Rosa¹, Luisa Inocência dos Santos¹, Vanessa da Silva Tavares Rodrigues²,
Isabela Teixeira Bonomo²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

O aleitamento materno (AM) é definido pela oferta do leite materno (LM) através doseio ou não, devendo ser exclusivo (AME) até o 6º mês de vida e complementado até os 2 anos de idade de acordo com o Ministério da Saúde, trazendo vários benefícios para mãe e bebê. Durante o período de AME não é recomendada a introdução de nenhum outro tipo de alimento, a introdução de qualquer outro alimento, líquido ou não, neste período pode levar a consequências para o desenvolvimento da criança. O objetivo deste trabalho é listar as principais causas do desmame precoce (DP) e possíveis soluções para sua prevenção. A busca bibliográfica foi realizada através de pesquisas à artigos indexados, publicados na íntegra no período compreendido entre os anos de 2013 e 2023, em diferentes bases de dados como: Google acadêmico, Pubmed e SciELO. As principais causas relatadas para a ocorrência do DP foram causas socioeconômicas e clínicas, tendo todas impactos proporcionais sobre a incidência na interrupção do AM. Neste estudo identificamos que leis que protegem ao direito a amamentação, assim como projetos que auxiliam mães a evitar o DP, e formas mais adequadas para um prejuízo menor possível a esse lactente.

Palavras-chaves: Desmame Precoce; Causas do Desmame Precoce; Aleitamento Materno; Leite Materno.

A influência da mídia na obesidade infantil

Sandra Da Silva Santos¹, Rodrigo De Menezes Pinheiro¹, Anne Marcelle Marques Coelho²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

A mídia tem sido apontada como uma forte influência ao público infantil uma vez que há propagandas que falam de personagens e artistas voltados a esse público ofertando um grande volume de informações ligando a diversão ao consumo de produtos industrializados e de alta densidade energética. O objetivo geral deste estudo foi compreender como a mídia pode exercer influência nos hábitos alimentares infantis levando ao aumento da índice de obesidade. Trata-se de uma revisão bibliográfica da literatura à Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) nas bases de dados LILACS (Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde) e MEDLINE (*Medical Literature Analysis and Retrieval System Online*) e na fonte de informação Enfermagem) na Scielo (Scientific Eletronic Library Online) e Google Acadêmico aos descritores “Mídia”; “Obesidade Infantil” e “Nutrição”, em português, num recorte temporal de 7 anos (entre os anos de 2017 e 2023). Foram encontrados 29 artigos. Os estudos apontaram que o uso abusivo das telas parece estar associado ao maior risco de obesidade e que há relação entre a mídia e o aumento da obesidade infantil dada a veiculação de propagandas com personagens e artistas preferidos das crianças, associando diversão ao consumo de produtos industrializados e de alto valor calórico. Observou-se ainda que crianças destinam grande parte do seu dia em frente à televisão, na internet, em jogos eletrônicos ou outros dispositivos digitais, consumindo alimentos de alto índice glicêmico e alto teor de gordura, praticando pouca ou nenhuma atividade física. Foi possível concluir que existem propagandas de alimentos industrializados veiculadas pelas mídias que têm as crianças como público alvo com tendência em influenciar o aumento do consumo desses alimentos interferindo na construção do comportamento alimentar adequado em crianças. O nutricionista tem um papel importante nas informações nutricionais visando melhores hábitos alimentares, redução da obesidade e motivação pelo interesse das crianças pelos alimentos in natura. Familiares, responsáveis e profissionais de saúde devem estar envolvidos nos processos de Educação Alimentar e Nutricional no sentido de evitar a exposição excessiva frente ao marketing que fazem das mídias, ferramentas para influenciar as escolhas alimentares de crianças.

Palavras-chaves: Mídia; Obesidade Infantil, Nutrição.

A influência das novas tecnologias sobre o padrão de alimentação na geração Y

Paulo Victor de Castro Iloia¹, João Dario Martins de Mattos²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

A geração Y, presenciou o rápido avanço das novas tecnologias, o que teve impacto significativo em diferentes aspectos de suas vidas, incluindo o padrão de alimentação. Com a proliferação da internet, redes sociais e aplicativos relacionados à alimentação, surge a necessidade de compreender a influência dessas tecnologias sobre as escolhas alimentares dessa geração. Este estudo tem como objetivo analisar a influência das novas tecnologias sobre o padrão de alimentação da geração Y. Foi realizada uma revisão bibliográfica, utilizando bases de dados como PubMed, Scopus, Web of Science e Google Scholar. A estratégia de busca incluiu palavras-chave relacionadas à geração Y, alimentação, novas tecnologias, internet, redes sociais, aplicativos e influenciadores digitais. Os critérios de inclusão envolveram estudos publicados em periódicos revisados por pares, com enfoque na influência das novas tecnologias sobre o padrão de alimentação da geração Y. A análise dos estudos selecionados revelou que as novas tecnologias desempenham um papel significativo no padrão de alimentação da geração Y. A internet e as redes sociais oferecem acesso fácil a informações sobre nutrição, dietas e receitas, permitindo que os millennials busquem opções alimentares mais saudáveis. Além disso, os aplicativos de entrega de comida têm aumentado a conveniência e a variedade de escolhas alimentares, embora possam promover o consumo de alimentos processados. A influência de influenciadores digitais também tem sido observada, com muitos millennials seguindo seus conselhos e adotando diferentes estilos de alimentação. As novas tecnologias exercem uma influência significativa sobre o padrão de alimentação da geração Y. Embora ofereçam benefícios, como acesso à informação e conveniência, é essencial que os millennials sejam críticos e busquem fontes confiáveis ao tomar decisões alimentares. A integração adequada entre as tecnologias e uma abordagem consciente em relação à alimentação pode contribuir para uma dieta equilibrada e saudável nessa geração.

Palavras-chaves: Geração Y; Alimentação Saudável; Novas Tecnologias; Aplicativos; Influenciadores Digitais; Atividade Física; Educação Alimentar; Políticas Públicas.

Os impactos das dietas da moda e o papel da nutrição

Erika Alves de Souza¹, Renata da Conceição Mendes¹, João Dario Martins de Mattos²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

Atualmente, existem diversas dietas populares, incluindo aquelas que enfatizam uma redução significativa no consumo de carboidratos, como a “low carb”, aquelas que priorizam o consumo de proteínas, ou a “dieta da proteína”, bem como as que envolvem a eliminação de toxinas, conhecidas como “detox”, entre outras. Embora essas dietas possam prometer resultados rápidos e miraculosos, muitas vezes elas são extremamente restritivas e podem ter efeitos negativos na saúde das pessoas. A carência de nutrientes essenciais, bem como alterações no funcionamento do metabolismo e o temido efeito sanfona, são algumas das consequências prejudiciais associadas a essas dietas. A nutrição possui um papel essencial na instrução e esclarecimento sobre a relevância de se ter uma alimentação equilibrada e adaptada às necessidades individuais de cada pessoa. Para isso, é imprescindível contar com a atuação do nutricionista, profissional capacitado para avaliar o estado nutricional, identificar possíveis deficiências ou excessos de nutrientes e prescrever uma dieta apropriada conforme as necessidades e objetivos de cada paciente. O objetivo geral desta pesquisa é analisar a influência das dietas da moda na saúde e bem-estar das pessoas e compreender o papel da nutrição na promoção da saúde e prevenção de doenças. Concluiu-se que as dietas da moda têm impactos negativos na saúde e qualidade de vida das pessoas, devido à falta de equilíbrio nutricional e a sua insustentabilidade a longo prazo.

Palavras-chaves: Educação Nutricional; Dieta; Nutrição; Saúde.

Impacto da nutrição no estado nutricional de pacientes com hiv e síndrome da imunodeficiência adquirida

Bruna Natiele Pereira de Azevedo¹, Gabriela Câmara Vicente²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

A Síndrome da Imunodeficiência Adquirida (AIDS) é uma doença retroviral causada pelo vírus da imunodeficiência humana (HIV) que ocasiona imunodeficiência das células T CD4+, tornando o organismo vulnerável, desenvolvendo infecções oportunista e o avanço para AIDS. O desenvolvimento da doença induz modificações metabólicas e fisiológicas que impactam negativamente no estado nutricional, somado ao tratamento antirretroviral ocorre prejuízo da composição corporal dos indivíduos portadores, sendo a desnutrição um achado comum. O objetivo desse estudo foi descrever o impacto da nutrição no estado nutricional de pacientes com HIV e síndrome da imunodeficiência adquirida. A pesquisa foi realizada por meio de revisão do tipo bibliográfica narrativa, a partir de livros, manual, site, E- Book, reportagem e artigos científicos disponíveis no banco de dados do PubMed, Bireme/Lilacs, Scielo (Scientific Electronic Library Online) e Google Scholar. Com base nos resultados, os principais distúrbios encontrados nos pacientes foram a desnutrição, a síndrome lipodistrófica e alterações gastrointestinais, decorrentes da AIDS e da terapia antirretroviral. Assim, o nutricionista tem um papel relevante no tratamento, por ser o profissional responsável por acompanhar a composição corporal através da avaliação nutricional e promover dietas adequadas a cada caso e condições clínicas, levando uma melhora significativa no estado nutricional e na qualidade de vida destes indivíduos.

Palavras-chaves: HIV; AIDS; Recomendações Nutricionais; Estado nutricional.

Nutrigenômica como ferramenta no tratamento do diabetes mellitus tipo II

Evellyn Pereira da Silva Souza¹, Fernanda Ornellas²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

Atualmente, pode-se observar uma vasta preocupação com a saúde, levando em conta o crescimento de pessoas mais jovens com diagnóstico de diabetes mellitus tipo 2 (DM2) e de obesidade. Estas são preocupações relacionadas com uma alimentação inadequada ao longo da vida, sendo, por isso, relevante saber como os nutrientes interagem com o genoma, compreendendo seus possíveis impactos. Assim, o presente trabalho tem como objetivo revisar à luz da literatura sobre a utilização da Nutrigenômica e sua relação com o diabetes mellitus tipo 2 (DM2), como estratégia de tratamento na terapia nutricional. Para isso, foi adotado como processo metodológico a pesquisa documental narrativa, no intuito de elevar os conhecimentos, explicando a utilização da Nutrigenômica e sua relação com DM2, utilizando-a como tratamento. Com isso, foram obtidos como resultados finais, a compreensão do DM2, sendo esta definida e apresentada como síndrome do metabolismo defeituoso dos carboidratos, lipídeos e proteínas, devido a disfunção, a nível celular, no receptor de insulina, secretada pelo pâncreas. O número de casos confirmados têm sido alarmantes, podendo chegar a 1:25 brasileiros. A partir dos estudos, notou-se que os processos inflamatórios da obesidade promovem a resistência à insulina, demonstrando assim a Nutrigenômica como instrumento para o tratamento do DM2, através da utilização de nutrientes ou compostos bioativos, como o Resveratrol, Ômega 3 e a Curcumina, os quais interferem na transcrição e tradução do DNA, modulando assim a expressão gênica.

Palavras-chaves: Nutrigenômica; Diabetes Mellitus; Doenças Crônicas Não Transmissíveis; Inflamação; Genes; Processo Inflamatório.

A influência materna (estado nutricional e alimentação) e do desmame precoce como efeitos de programação metabólica

Cláudia Helena Santos de Oliveira¹, Nayara Peixoto Silva²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

Os dados de sobrepeso e obesidade vêm crescendo nos últimos tempos, e é um fator de risco para doenças crônicas não transmissíveis (DCNT). Este cenário, também nos remete a discussões inerentes aos efeitos de programação metabólica, uma vez que, grande parcela da população acometida por estes desvios nutricionais estão em idade fértil, afinal, a programação metabólica se caracteriza por uma resposta de adaptação promovida por um ambiente hostil, ocorrida durante períodos críticos de desenvolvimento, e que podem perdurar ao longo da vida, estando, então, relacionados diretamente ao estado nutricional materno durante a gestação e ao tipo de aleitamento provido ao lactente no início da vida. O objetivo deste estudo, foi promover uma revisão na literatura a respeito do estado nutricional materno, sua alimentação e do desmame precoce quanto aos efeitos de programação aos descendentes. Por conseguinte, constituiu-se uma revisão bibliográfica narrativa sobre o tema por meio de pesquisa em livros, artigos científicos e teses encontrados nas bases de dados Scielo, Google Acadêmico e PubMed. Exemplificando-se tais fatos, uma má nutrição materna durante a gestação e, na vida pós-natal, o estabelecimento de um desmame precoce, pode promover uma ativação de genes associados ao desenvolvimento de DCNT. Adicionalmente, a importância do leite materno não se restringe somente a oferta nutricional, mas, também, a uma promoção de fatores protetivos para o bebê contra diversas doenças como: alergias, infecções e a obesidade, inclusive, uma vez que também se relaciona com o controle da saciedade. O desmame precoce está associado a diversos fatores como o trabalho da mãe fora de casa, além da introdução alimentar antes do tempo. Portanto, enfatiza-se que a má nutrição materna e o desmame precoce são fatores que podem predispor o bebê a prejuízos a longo prazo, justificando assim, a importância da orientação sobre a alimentação saudável para as mães, bem como, da promoção ao aleitamento materno exclusivo, como forma de prevenção a possíveis doenças dos filhos no futuro.

Palavras-chaves: Obesidade; Programação Metabólica; Aleitamento Materno; Desmame Precoce.

Nutrição e envelhecimento: uma ponte entre o conhecimento científico e a população idosa de Maricá-RJ

Fernanda da Costa Jardim Petinati¹, Taize Roberta do Nascimento¹, João Dario Martins de Mattos²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

Este estudo tem como objetivo fornecer conhecimentos científicos claros sobre nutrição e envelhecimento voltados especificamente para a população idosa do município de Maricá, Rio de Janeiro. O objetivo principal é ajudar os idosos a entender a importância de seguir as orientações nutricionais e cuidar da saúde. Por meio da conscientização e da divulgação de informações precisas, buscamos corrigir eventuais equívocos e estimular mudanças positivas nos hábitos alimentares. O envelhecimento é um processo fisiológico natural que afeta o corpo e a mente ao longo da vida. É crucial considerar as deficiências nutricionais que podem levar a várias doenças e garantir uma nutrição adequada. O estudo também aborda os aspectos epidemiológicos associados ao envelhecimento, incluindo representações gráficas das alterações observadas. Além disso, explora os direitos dos idosos e destaca a evolução do contexto do envelhecimento no Brasil. Além disso, enfatiza o conceito de qualidade de vida do idoso. A metodologia empregada neste estudo envolveu uma revisão documental, que resultou na elaboração de uma cartilha informativa. No decorrer da pesquisa, ficou evidente a carência de informações disponíveis sobre alimentação saudável voltada especificamente para idosos. Consequentemente, concluímos que, ao fornecer materiais de fácil compreensão, podemos potencialmente obter uma resposta positiva da população idosa. De forma geral, este estudo visa preencher a lacuna de conhecimento sobre nutrição e envelhecimento entre os idosos de Maricá. Ao melhorar a compreensão e promover hábitos alimentares saudáveis, esperamos contribuir para o bem-estar e a saúde geral dos idosos da comunidade.

Palavras-chaves: Nutrição; Envelhecimento; Idoso; Saúde.

Transtornos alimentares: bulimia nervosa em adolescentes e seu estado nutricional

Ana Lúcia da Silva Faria e Silva¹, Michelle de Oliveira Costa¹, Andressa Cabral de Miranda²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

Os transtornos alimentares são patologias que descrevem por hábitos alimentares irregulares, preocupação com peso e forma física. Dentre os transtornos alimentares, temos a bulimia nervosa, um transtorno que afeta principalmente adolescentes, por terem geralmente uma preocupação excessiva com a imagem corporal e um medo intenso de ganhar peso, além de serem indivíduos que passam por várias mudanças e bastante vulneráveis. Este trabalho propõe compreender a relação da Bulimia Nervosa e o estado nutricional do adolescente, trata-se de uma revisão de literatura tipo narrativa, norteadas a inúmeros fatores que influenciam esse tipo de transtorno em adolescente. Foram usadas plataformas científicas online obtidas por meio de bases de dados: Scielo, Google Acadêmico, Lilacs; livros e periódicos que abordam o tema referido. Nesse trabalho foi notado que esse transtorno é caracterizado por episódios recorrentes de compulsão alimentar, seguidos por comportamentos compensatórios inadequados como vômitos autoinduzidos, uso excessivo de laxantes e diuréticos, jejuns prolongados e exercícios físicos exagerados. Episódios de compulsão alimentar e purgação podem ocorrer várias vezes por semana, e os indivíduos podem sentir uma sensação de falta de controle durante esses episódios. Quanto ao estado nutricional dos adolescentes com bulimia nervosa, é comum encontrarmos desequilíbrios nutricionais. Dessa forma, foi possível observar, o papel importante que o nutricionista tem junto a equipe multidisciplinar na recuperação e manejo desse transtorno, onde envolve terapia cognitivo-comportamental, suporte emocional, reeducação alimentar e monitoramento nutricional. Com apoio, conscientização e tratamento adequado, é possível ajudar os adolescentes a superar a bulimia nervosa e promover uma boa relação com o alimento e equilíbrio nutricional.

Palavras-chaves: Transtornos Alimentares; Bulimia Nervosa; Adolescentes.

A influência materna (estado nutricional e alimentação) e do desmame precoce como efeitos de programação metabólica

Patrícia Barbosa da Costa¹, Nayara Peixoto Silva²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

O aleitamento materno e, em particular, o colostro tem benefícios significativos tanto para a mãe quanto para o recém-nascido. O colostro é o primeiro leite produzido nos primeiros dias após o parto e possui uma composição única, rica em nutrientes e substâncias imunológicas. Este estudo tem como objetivo elucidar a importância do colostro no desenvolvimento do sistema imunológico do recém-nascido, com foco na profilaxia de doenças infecciosas. A pesquisa consiste em um levantamento bibliográfico dos últimos 20 anos, utilizando bases de dados acadêmicas para selecionar artigos relevantes. O colostro é rico em proteínas, vitaminas, imunoglobulinas e outros componentes que promovem a proteção do bebê contra infecções. A falta de colostro nos primeiros dias de vida pode aumentar o risco de doenças gastrointestinais, respiratórias, hipoglicemia e imunodeficiência temporária. Além disso, o colostro contribui para o crescimento e desenvolvimento adequado do bebê, estabelecendo laços afetivos entre mãe e filho. A promoção do aleitamento materno exclusivo até o sexto mês de vida é fundamental para aproveitar plenamente os benefícios do colostro e garantir um crescimento saudável para o bebê.

Palavras-chaves: Colostro; Imunossupressão; Sistema Imune; Desenvolvimento Infantil; Doenças Infecciosas.

A importância da mudança do estilo de vida na prevenção e tratamento da obesidade infantil

Aline de Souza Borel ¹, Danyelle Dolores Alexandre Gomes ¹, Thamara Cherem Peixoto²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

A obesidade é um problema de saúde pública, o excesso de peso na infância gera repercussões negativas na saúde do indivíduo em curto e longo prazo. Ações que visem a prevenção/tratamento da obesidade infantil devem levar em consideração as alterações no estilo de vida. Nesse sentido, objetivo do presente trabalho foi revisar a literatura sobre a mudança do estilo de vida como estratégia comportamental modificável para a prevenção e tratamento da obesidade infantil. O tipo de revisão escolhida foi a narrativa, utilizando para pesquisa as bases de dados do Ministério da Saúde, diretrizes da Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e Síndrome Metabólica, Google Acadêmico e Scielo. Dada a complexidade da obesidade infantil e o quadro epidemiológico atual, uma única medida isolada não é suficiente para melhorar o perfil nutricional das crianças. As intervenções de mudança no estilo de vida devem abordar diferentes dimensões. O consumo regular de frutas, legumes e verduras deve ser estimulado assim como a prática de atividade física. O ambiente familiar é de grande importância para o desenvolvimento e manutenção dos comportamentos alimentares e de atividade física em crianças. O nutricionista tem um papel chave no processo de alimentação saudável em todas as faixas etárias por isso busca por esse profissional deve ser incentivada.

Palavras-chaves: Obesidade Infantil; Estilo de Vida; Nutricionista; Alimentação Saudável; Atividade Física.

Impacto da alimentação vegana no estado nutricional de crianças

Isabelle Magalhães Costa de Oliveira¹, Isabela Teixeira Bonomo²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

A dieta vegana não compactua com nenhum tipo de exploração e crueldade com os animais, excluindo o consumo de carnes e seus derivados. Diversos são os motivos para a adoção deste tipo de dieta. No Brasil, pesquisa realizada em 2018, revelou que dos 30 milhões de brasileiros vegetarianos, cerca de 7 milhões seriam veganos. O veganismo vem crescendo cada vez mais no Brasil e por isso tende a necessidade de conhecer os efeitos positivos e negativos que possam causar aos adeptos à esta alimentação, principalmente na população infantil que está em fase de intenso crescimento e desenvolvimento. O objetivo do presente trabalho foi compreender os impactos que essa alimentação possa causar no desenvolvimento infantil como também identificar as principais preocupações no momento do seu planejamento alimentar. A coleta de dados foi realizada nas bases de dados *Scientific Electronic Library Online (SciELO)*, Google acadêmico e Pubmed. Baseado nos trabalhos encontrados, chegamos a conclusão de que uma alimentação vegana quando empregada de forma assertiva traz benefícios à saúde e é capaz de prover um crescimento e desenvolvimento adequado.

Palavras-chaves: Alimentação Infantil, Veganismo na Infância, Plant-based, Veganismo, Nutrientes Essenciais.

O impacto do consumo da laranja moro (*Citrus sinensis* (L.) Osbeck var. Moro) na microbiota intestinal

Luiza Brito Brum¹, Vivian Santana dos Santos¹, Vanessa da S. T. Rodrigues²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

Introdução: Microbiota intestinal refere-se à população de micro-organismos vivos que habitam o trato gastrointestinal dos seres humanos, em equilíbrio, simbiose, ela desempenha importante papel na homeostasia do hospedeiro, no entanto, quando apresenta um desbalanço, disbiose, o hospedeiro se torna mais vulnerável ao desenvolvimento de doenças. Diversos alimentos estão associados à saúde intestinal, dentre eles existe a laranja Moro (*Citrus sinensis* (L.) Osbeck var. Moro), fruta rica em flavanonas, que vão contribuir para a restauração da saúde intestinal. **Objetivos:** Compreender como as flavanonas da laranja Moro (*Citrus sinensis* (L.) Osbeck var. Moro) podem favorecer a microbiota intestinal e prevenir uma possível disbiose. **Metodologia:** A pesquisa trata-se de uma revisão bibliográfica, descritiva e retrospectiva, onde foram utilizados banco de dados virtuais, como: Lilacs, Bireme, Scielo e PubMed, através dos descritores: laranja, microbiota intestinal, disbiose, alimento funcional, citrus, laranja Moro, Morosil. **Desenvolvimento:** A pesquisa mostrou que a laranja Moro (*Citrus sinensis* (L.) Osbeck var. Moro) possui uma grande quantidade de flavonoides, com destaque para as flavanonas (Narigenina e Hesperidina), que possuem ação antioxidante e prebiótica, pois foi possível observar que essas flavanonas conseguem passar inalteradas pelo processo de digestão, sofrendo modificações estruturais no intestino grosso a partir da ação das bactérias intestinais, o que as tornam biodisponíveis para a absorção. Além disso, as flavanonas, mostraram-se benéficas para saúde intestinal, devido a sua capacidade de modular a composição da microbiota intestinal e reduzir a hiperpermeabilidade intestinal. **Conclusão:** Assim, fica claro o potencial da laranja Moro (*Citrus sinensis* (L.) Osbeck var. Moro) como prebiótico devido a sua composição fenólica, sendo uma boa opção de alimentação funcional. No entanto, se faz necessário mais estudos clínicos em humanos para que esse potencial seja realmente comprovado como ação efetividade desse alimento atuando como prebiótico na microbiota humana.

Palavras-chaves: Laranja Moro; *Citrus Sinensis* (L.) Osbeck; Microbiota Intestinal; Disbiose; Prebiótico; Antioxidante; Flavanonas.

Emprego do ômega-3 durante a fase ativa da doença de crohn

Ana Paula da Conceição Vasconcelos¹, Jedida Pierre Teixeira de Queiroz Pereira¹, Gabriela Câmara Vicente²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

A Doença de Crohn é uma inflamação crônica do trato gastrointestinal e afeta pessoas em todo o mundo. Não há cura para a doença, existem opções de tratamento para ajudar nos sintomas e prevenir complicações. Um dos tratamentos em destaque é o uso do ômega-3 na fase ativa da doença. Realizou-se um levantamento de revisão do tipo bibliográfica narrativa que incluíram artigos científicos, todos originais, meta-análises e revisões bibliográficas, disponíveis no banco de dados do PubMed, Bireme/Lilacs, *Scielo Scientific Electronic Library* Online e Google Scholar. Foram incluídos artigos publicados nos últimos 15 anos, escritos em português, inglês e espanhol. Através da revisão da literatura foi constatado que o ômega-3 possui propriedades anti-inflamatórias e antioxidantes, contribuem para redução dos sintomas da doença e no processo de cicatrização dos tecidos afetados. O ácido graxo tem a capacidade de atuar nas vias moleculares que regulam a expressão de citocinas pró-inflamatórias e na modulação do sistema imunológico. É importante o uso de ômega-3 e deve ser acompanhado por um nutricionista, os resultados podem variar de indivíduo pra indivíduo. É importante que pacientes tenham a dieta saudável, e sigam as orientações nutricionais para controlar a doença.

Palavras-chaves: Ômega-3; Doença de Crohn; inflamação; Doença Inflamatória Intestinal.

Impacto e influência das redes sociais sobre as dietas da moda restritivas: consequências nutricionais na saúde da mulher

Ana Paula de Souza Santos¹, Larissa de Assis de Paula das Neves¹, Aline D'Ávila Pereira²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

Atualmente, pode-se constatar que as redes sociais são os maiores difusores dos diversos métodos existentes, que prometem o emagrecimento rápido e sem esforço. Métodos que podem contribuir para uma perda de peso rápida, mas que não se sustentam por muito tempo, uma vez que, não há um planejamento individualizado que cumpra o papel de formar uma consciência alimentar duradoura e segura nutricionalmente. O objetivo é descrever algumas das principais dietas da moda restritivas, veiculadas pelas redes sociais, caracterizando brevemente as possíveis consequências nutricionais para a saúde, quando praticadas sem acompanhamento adequado. Trata-se de uma pesquisa bibliográfica. Notou-se que existem vários tipos de dietas e a cada dia surge uma nova "teoria de emagrecimento rápido" que garante a quantidade o tempo específico para perda de peso. Alguns exemplos que podem ser citados, são: dieta low carb, dieta da proteína, dieta paleolítica, dieta detox. Geralmente, essas dietas impõem um padrão restritivo principalmente a alguns grupos alimentares, como é o caso da dieta low carb, caracterizada pela exclusão parcial ou total de carboidratos. Dessa forma, se faz necessário a reflexão de que o processo de emagrecimento precisa ser acompanhado de forma adequada e por profissional capacitado, considerando o estado de saúde do indivíduo.

Palavras-chaves: Dietas da Moda; Educação Nutricional; Redes Sociais, Transtornos Alimentares.

Benefícios Da Utilização Do Pycnogenol® (*Pinus Pinaster*) No Tratamento Do Melasma: Uma Revisão De Literatura.

Ana Cláudia Almeida de Carvalho¹, Vanessa da S. T. Rodrigues²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

O Brasil é um país com alto índice de radiação solar, fazendo com que o melasma seja uma condição comum, de grande impacto populacional, corresponde de 15 a 35% da população feminina. Essa patologia da pele não possui cura, mas existem alguns tratamentos que auxiliam na uniformização da pele. Por conta disso, este trabalho tem como objetivo compreender os benefícios do uso do Pycnogenol® (*Pinus pinaster*) no tratamento do melasma. Foi realizado uma revisão bibliográfica sobre o tema. Na maioria dos casos são utilizados tratamentos tópicos, também tratamentos orais dentre este a utilização do Pycnogenol®, um fitoterápico atualmente patentado, conhecido como *Pinus pinaster*, o extrato seco da casca do pinheiro possui uma quantidade alta de polifenóis, flavonoides entre outros. A relação do pycnogenol com o melasma é que ele pode atuar na prevenção e no tratamento por meio de vários mecanismos. Dessa forma, as informações contidas neste estudo trazem contribuições relevante para profissionais da nutrição que buscam a associação de tratamento do Melasma.

Palavras-chaves: Melasma; Pycnogenol; *Pinus pinaster*..

Diabetes mellitus tipo 2: principais orientações nutricionais utilizadas para o tratamento não farmacológico

Cezária Soares Barbosa da Costa¹, Tamires Barbosa da Costa ¹, Thamara Cherem Peixoto²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

O aumento dos casos de Diabetes Mellitus tipo 2 (DM2) está associado à epidemia da obesidade. No DM2 a hiperglicemia crônica é consequência do quadro de resistência à insulina. Estratégias que visam melhorar o estilo de vida tais como, alimentação e atividade física, são ferramentas importantes para prevenção e tratamento do DM2. Nesse sentido, o objetivo desse estudo foi destacar a importância do tratamento não farmacológico para o indivíduo com diabetes mellitus tipo 2, evidenciando as principais orientações nutricionais para o controle glicêmico. Foi realizado uma revisão narrativa a partir de referências encontradas nas bases de dados online (LILACS, SCIELO, MEDLINE e Google Acadêmico). As orientações nutricionais para o DM2 devem ser baseadas em uma alimentação variada e equilibrada com objetivo de atender as necessidades nutricionais, atingir metas glicêmicas, obter manter peso saudável, contribuir para o controle da pressão arterial e dos lipídeos séricos, atuando na prevenção das complicações micro e macrovasculares. Indivíduos com DM2 devem ser encorajados a diminuir a ingestão de carboidratos refinados e açúcares adicionados. Apesar de saber a importância, a adesão às recomendações nutricionais nem sempre é satisfatória. Ações de educação nutricional promovidas pelo nutricionista podem facilitar o processo de adesão ao tratamento não farmacológico no DM2.

Palavras-chaves: Diabetes Mellitus Tipo 2; Orientações Nutricionais; Estilo de Vida. Tratamento Não Farmacológico.

Avaliação do padrão de identidade e qualidade de óleos utilizados em unidades de alimentação e nutrição nos bairros Flamengo e Centro no município de Maricá

Aimée Lopes Medeiros da Costa¹, Victor Hugo Cordeiro², Aline D´Avila Pereira²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

No período pós-guerra e com o advento da industrialização, o número de trabalhadores fora do lar sofreu um importante aumento. Dentre os produtos ofertados em serviços de alimentação, os que são feitos por meio de frituras apresentam alta aceitabilidade, estando entre os alimentos preferidos do consumidor. O objetivo do presente trabalho foi avaliar o índice de peroxidação e acidez de óleo utilizados em estabelecimentos comerciais do ramo alimentício nos bairros Centro e Flamengo no município de Maricá- RJ. Os experimentos foram conduzidos nas dependências do Laboratório de Bromatologia, situado na Univassouras, Campus Maricá onde todas as amostras de óleo de soja foram realizadas analisando o índice de peroxidação, índice de acidez, índice de saponificação e densidade relativa. As amostras do índice de acidez, somente uma ficou dentro da legislação, o índice de peróxido 3 amostras estavam dentro do padrão estabelecido, as demais 7 tiveram valor acima do permitido. A análise da densidade todas as amostras ficaram com valores acima da legislação. O índice de saponificação 3 amostras ficaram abaixo da legislação, 5 amostras obtiveram resultados superiores e 2 amostras mantiveram-se dentro da legislação.

Palavras-chaves: Índice de Acidez; Índice Peroxidação; Índice de Saponificação; Óleo de Fritura.

Avaliação do consumo de ferro em gestantes no município de Maricá - RJ

Gisele de Menezes Xavier de Almeida¹, Gabriela Câmara Vicente²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

As gestantes são um grupo vulnerável ao desenvolvimento da anemia ferropriva, devido a maior necessidade de ferro. A carência de ferro ocorre principalmente no segundo trimestre de gestação. Assim, objetivo deste trabalho foi avaliar o consumo de alimentos fontes ferro e suplemento em gestantes residentes em Maricá-RJ. A coleta dos dados foi através de questionário de frequência alimentar semiquantitativo (QFA) e análise do perfil sociodemográfico através de formulário desenvolvido na plataforma Google Forms®. Após coleta os dados foram analisados estatisticamente comprovando a interrelação da baixa ingestão de ferro e o desenvolvimento da anemia. Responderam ao questionário 30 gestantes moradoras do Município de Maricá-RJ, sendo 40% casadas e 36,7% solteiras, com ensino superior 46,7% e 53,3% médio completo. O consumo alimentar, a carne bovina se destaca como a maior frequência (33,3%), seguido do biscoitos industrializados e pão francês com frequência de 43,3%. Das leguminosas, o feijão foi o mais consumido (50%). E as hortaliças verde-escuras apresentavam uma alta ingestão (40%). Quanto a utilização de forma preventiva e/ou profilática de ferro, 16,7% gestantes não fazia o uso. O consumo dos alimentos fontes de ferro e fortificados com o mineral mostrou-se suficiente diminuindo o risco da deficiência de ferro e a anemia ferropriva.

Palavras-chaves: Anemia Ferropriva; Deficiência de Ferro; Gestação; Comportamento Alimentar.

Estratégias comportamentais para minimizar o impacto da seletividade alimentar em crianças portadoras do transtorno do espectro autista: uma revisão de literatura

Maria Isabel Alves da Silva¹, Mônica Valéria dos Santos Ferreira¹, Aline D´Avila Pereira², Isabela Teixeira Bonomo²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é caracterizado pelo conjunto de alterações que afetam o desenvolvimento neuropsicomotor. A razão para desencadear este distúrbio ainda não é totalmente conhecida, pois existem diferentes manifestações clínicas. Presume-se que para cada 59 crianças, no mundo, uma é diagnosticada com TEA, sendo a seletividade alimentar uma característica comum entre elas. A seletividade alimentar é caracterizada como recusa, desinteresse e resistência ao alimento. Diante desse problema, o objetivo desse trabalho é apresentar estratégias comportamentais que possam minimizar o impacto da seletividade alimentar em crianças com TEA. Para isso, foi realizada buscas por artigos em base de dados confiáveis com as palavras chaves: seletividade alimentar no autismo, transtorno do espectro autista, estratégias para redução da seletividade alimentar. Nessas pesquisas, foi vista a importância da qualidade na alimentação na saúde do autista, assim como os tipos de seletividades alimentares encontradas e a influência da seletividade alimentar no estado nutricional e com isso, buscaram-se estratégias comportamentais que possam ser utilizadas para minimizar essas seletividades e melhorar o estado nutricional dessas crianças.

Palavras-chaves: Seletividade Alimentar no Autismo; Transtorno do Espectro Autista; Estratégias Para Redução da Seletividade Alimentar.

Programação fetal e as consequências da obesidade materna sobre a descendência

Gerson Messias Gama de Mendonça¹, Tatiane Vileti de Azevedo¹, Fernanda Ornellas²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

A obesidade segundo dados do Ministério da Saúde já é considerada uma pandemia, pois tem atingido atualmente cerca de 6,7 milhões de pessoas só no Brasil e já é sabido que a obesidade materna pode impactar diretamente na vida dos filhos. Assim, o presente trabalho teve como objetivo descrever sobre o impacto da obesidade materna sobre a saúde dos filhos ao nascer e na vida adulta por meio de uma pesquisa documental exploratória com caráter investigativo. Para isso, foram realizadas buscas bibliográficas nas seguintes bases de dados: *Google Scholar* (Google Acadêmico), *National Library of Medicine* (PubMed), *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) por se tratarem de base de dados que concentrem publicações de excelência voltadas para a área da saúde. Foram escolhidos artigos entre os anos de 2013 a 2023, exceto os trabalhos mais antigos pioneiros no tema. Os resultados vistos na revisão de literatura mostraram que a obesidade materna pode gerar sérias complicações para os filhos em várias fases da vida, tais como a fase embrionária, primeira infância, adolescência e na vida adulta. E que vários mecanismos podem explicar esta influência maléfica, em especial o ambiente intrauterino adverso e os mecanismos epigenéticos, que podem alterar a expressão de genes importantes para o desenvolvimento de órgãos e sistemas. Notou-se que a resistência à insulina, diabetes, macrossomia, hipertensão, esteatose hepática e obesidade são as principais consequências ligadas à obesidade materna refletidas em seus filhos. Mediante a todos os achados deste trabalho, ficou evidente a importância do estado nutricional materno no sucesso gestacional e na programação de doenças na vida adulta do seu filho, indicando como a alimentação saudável pode ser essencial neste processo.

Palavras-chaves: Programação fetal; Obesidade e Gestação; Nutrição.

A importância da educação alimentar e nutricional na escola

Aline Siqueira Monteiro¹, Iza Carla Diniz Pereira¹, Anne Marcelle Marques Coelho²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

A Educação Alimentar e Nutricional tem papel pedagógico nos hábitos alimentares e no contexto educacional pode estimular o desenvolvimento do currículo escolar integrando a ideia e a prática, de modo a participar na prevenção de doenças e promoção da saúde dos educandos. Este trabalho objetivou compreender a importância da educação alimentar e nutricional no ambiente escolar, que se propôs a responder sob o ponto de vista teórico, a pergunta "O que dizem os materiais educativos do Ministério da Saúde entre 2012 a 2022 sobre educação alimentar e nutricional nas escolas?". Foram pesquisados artigos em português entre os anos de 2012 e 2023 nas bases de dados da *Scientific Eletronic Library Online (SCIELO)*, Google Acadêmico, Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), além do próprio site do Ministério da Saúde (MS). Os descritores utilizados foram Educação Alimentar e Nutricional; Nutrição Escolar; Hábitos Alimentares em Escolares, Nutricionista Escolar e Promoção da Saúde Escolar. Resultados: A escola é reconhecida como um espaço multidisciplinar e facilitador para a promoção integral da saúde incluindo as atividades de EAN. Vídeos educativos, jogos, feiras escolares e produção de materiais educativos, foram estratégias utilizadas e contida nos documentos pesquisados para a execução das atividades de EAN. Dentre os documentos ministeriais destacamos o Guia Alimentar para a População Brasileira e os Cadernos de Atividades que versam sobre a importância dos alimentos, atividades práticas de EAN bem como afirmam a importância do nutricionista para uma alimentação adequada e saudável também no âmbito escolar. Conclusão: Estratégias educacionais de EAN são potentes ferramentas para sensibilização dos educandos no ambiente escolar. Os materiais educativos apresentaram informações de qualidade e boas ideias servindo de apoio na elaboração e planejamento das ações e o nutricionista foi reconhecido como o profissional qualificado para atuar junto à comunidade escolar no enriquecimento das ações de EAN.

Palavras-chaves: Educação Alimentar e Nutricional; Nutrição Escolar; Hábitos Alimentares em Escolares, Nutricionista Escolar e Promoção da Saúde Escolar.

Importância da nutrição na tuberculose

Luana Cristina Torres de Lima¹, Gabriela Câmara Vicente²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

A incidência de Tuberculose no mundo voltou a crescer em decorrência do impacto causado pela pandemia de Covid-19 nos serviços de saúde e da crise econômica gerada durante esse período. Uma vez que há importante correlação entre tuberculose e desnutrição é importante refletir sobre orientações nutricionais para essas doenças. Desta forma o objetivo desse trabalho foi fazer uma revisão literária acerca de hábitos alimentares desses pacientes, examinar os guias nacionais de manejo da Tuberculose em busca de parâmetros nutricionais para esse público e elaborar uma cartilha de orientações nutricionais para os portadores de Tuberculose. Foram analisados artigos sobre o tema e documentos oficiais brasileiros que norteiam à atenção a Tuberculose. Para elaboração da cartilha Orientativa de Cuidados Nutricionais foram consultados materiais de referência na área. Apesar de vários artigos trazerem a necessidade de tratamento nutricional para esses pacientes não foi encontrada nenhuma orientação específica sobre o tema no manejo brasileiro da Tuberculose sendo apenas abordado a necessidade de incremento alimentar. A cartilha traz orientações nutricionais gerais a essa população. É necessária maior atenção ao tratamento da Tuberculose do ponto de vista nutricional uma vez que somente prover alimentação não é garantia de melhoria do estado nutricional, aspecto importante no tratamento da doença.

Palavras-chaves: Orientação Nutricional; Estado Nutricional; Tuberculose; Desnutrição; Brasil.

O impacto da educação alimentar e nutricional na saúde de pessoas idosas

Juliana Costa de Lemos¹, Thamara Cherem Peixoto²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

A educação alimentar e nutricional para pessoas idosas é uma estratégia fundamental para o enfrentamento dos problemas do processo saúde-doença. Nesse sentido, o objetivo desse trabalho foi identificar as principais contribuições da educação alimentar e nutricional para a saúde de pessoas idosas. Foi realizada uma revisão narrativa, com a seleção de artigos a partir das bases de dados: Scielo, Biblioteca Virtual em Saúde, Periódicos CAPES e Google Acadêmico. A população está envelhecendo, devido o aumento da expectativa de vida. Apesar de ser um processo fisiológico natural (senescência), o envelhecimento expõe o organismo a diversas alterações funcionais que podem comprometer o estado nutricional. Pessoas idosas, podem apresentar redução do apetite, problemas com a mastigação, deglutição e digestão dos alimentos, desidratação, sarcopenia e osteopenia. Dessa forma, a educação alimentar e nutricional apresenta papel crucial na promoção da saúde e bem-estar das pessoas idosas, proporcionando a essa população a Segurança Alimentar e Nutricional. Ao fornecer informações sobre a importância dos nutrientes, a quantidade adequada de calorias e a escolha de alimentos saudáveis, bem como dicas para a preparação de refeições saudáveis e acessíveis, a educação alimentar capacita os idosos a tomarem decisões informadas sobre sua alimentação e a melhorar sua qualidade de vida.

Palavras-chaves: Educação Alimentar e Nutricional; Pessoas Idosas; Envelhecimento.

O uso fitoterápico amoreira-preta (*Morus nigra* L.) Para diminuição dos sintomas no climatério: uma revisão da literatura.

Ana Beatriz Alves D Lemos¹, Andressa Luciano de Brito¹, Vanessa da S. T. Rodrigues²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

Sabe-se que o climatério é um período de muitas mudanças na vida de uma mulher, onde alguns sintomas podem aparecer, um deles é o fogacho. Nesse sentido, várias estratégias inclusive as nutricionais vêm sendo propostas para minimizar esses efeitos. Hoje a utilização do chá da amora negra (*Morus nigra* L.) vem sendo propagado através do conhecimento popular para a redução dos fogachos, e isso pode ser devido a planta possuir fitoestrógeno em sua composição. Dessa forma, o presente trabalho tem por objetivo demonstrar a importância do uso do chá das folhas de amora-preta (*Morus nigra* L.) sobre os efeitos do fogacho no climatério. Para isso, foi realizada uma revisão retrospectiva e narrativa da literatura, a partir de buscas nas bases de dados PubMed, SciELO, Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações e Google Acadêmico. Com a pesquisa foi observado que o chá das folhas da amoreira-preta vem sendo utilizado no climatério em substituição a terapia de reposição hormonal. Sua efetividade em amenizar os sintomas de fogacho tem sido relacionada com a presença de fitormônios (hormônios vegetais) com atividade estrogênica encontrados nas folhas da planta, além disso ela também apresenta uma grande quantidade de antioxidantes que são importantes para essa fase da vida da mulher. No entanto, a literatura não apresenta dados suficientes que suportem a teoria da ação estrogênica, pois não existem dados que descrevam mecanismos de ação e os estudos que existem são realizados em cobaias. E os resultados de efetividade em humanos são derivados de análise e/ou questionário de percepção de sintomas. Assim concluímos que o chá ainda não pode ser utilizado como substituição da terapia de reposição hormonal, pois não temos base científica que suporte a efetividade dessa substituição, é possível que os efeitos benéficos desse chá estejam relacionados ao seu efeito antioxidante e o atual estudo mostra a necessidade de mais pesquisas com humanos para comprovar esses efeitos positivos no climatério e em outras patologias associadas.

Palavras-chaves: Fitoterápico; Reposição Hormonal; Menopausa; Climatério; Fogacho; Fitormônio; Antioxidantes; Chá de Amora.

Cúrcuma (*curcuma longa l.*): Tratamento coadjuvante para diferentes tipos de câncer.

Edna Mendonça Freire Garcia¹, Tatiana Pereira ¹, Thamara Cherem Peixoto²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

A incidência e a mortalidade por câncer vêm aumentando de forma alarmante em todo mundo. Diferentes terapias medicamentosas são utilizadas para o tratamento do câncer, nos últimos anos houve um aumento de pesquisas sobre compostos/alimentos que podem ser utilizados no tratamento do câncer e nesse contexto a Cúrcuma/Curcumina vem ganhando destaque. Nessa perspectiva, o objetivo desse estudo é demonstrar os benefícios da utilização da Cúrcuma como terapia coadjuvante no tratamento de diferentes tipos de câncer. Para isso foi realizado uma revisão do tipo narrativa em bases de dados online: Lilacs, Medline, Pubmed e Scielo. Foi possível observar que o uso da Cúrcuma interfere na proliferação celular maligna, inibindo o crescimento tumoral. A Curcumina, o principal composto bioativo da Cúrcuma, é capaz de induzir apoptose em diversas linhagens celulares malignas, sendo utilizado como estratégia coadjuvante de tratamento e prevenção de vários tipos de câncer como o gastrointestinal, de mama, ovário e de pulmão. As análises das informações sobre o tema proposto possibilitam o melhor entendimento sobre a utilização da Cúrcuma/Curcumina como estratégia coadjuvante no tratamento oncológico, no entanto ensaios clínicos adicionais são fundamentais para o desenvolvimento de formulações adequadas e validação da sua utilização na prática clínica.

Palavras-chaves: Câncer; Cúrcuma; Curcumina; Tratamento.

Avaliação da análise sensorial da massa enriquecida com diferentes concentrações de *spirulina*

Alessandra Marques Rangel Teixeira¹, Gleice Arruda Santana¹, Anne Marcelle Marques Coelho², Aline D'Avila Pereira²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

A *Spirulina* é uma microalga unicelular em formato de filamento helicoidal, pertencente ao grupo das cianobactérias, que vem sendo amplamente utilizada como suplemento alimentar e em produtos cosméticos, entre outros. É ricamente composta por proteínas, aminoácidos essenciais, vitaminas e minerais, além de possuir corantes naturais como a clorofila, carotenoides e ficocianinas, os quais vem sendo estudados e aplicados em diversos ramos industriais. Comumente sua comercialização é apresentada na forma de suplementos nutricionais em formato de pó (farinha) e cápsula. Diante do exposto, objetivou-se desenvolver e avaliar de forma sensorial a massa fresca, do tipo talharim, enriquecida com diferentes concentrações de *Spirulina*. Para tanto, foram produzidas três formulações com 1%, 1,5% e 2% de *Spirulina* adicionada. Os parâmetros sensoriais referentes à aparência, aroma, textura e sabor assim como sua intenção de consumo, foram avaliados por 38 avaliadores adultos não treinados. Todas as formulações obtiveram boa aceitação em todos os quesitos, não demonstrando diferença significativa entre as amostras (concentrações) em todos os parâmetros avaliativos. Os resultados, constataram que a inserção da *Spirulina* na massa estudada apontou características sensoriais bem similares entre si, não interferindo na aceitação, obtendo boa intenção de consumo, podendo ser inserida como um alimento alternativo na alimentação cotidiana.

Palavras-chaves: Spirulina; Alimentos Enriquecidos; Massa Alimentícia; Nutrientes.

A importância dos corpos cetônicos na dieta cetogênica, como forma de tratamento para epilepsia refratária em crianças

Diego da Silva Rezende¹, Isabela Teixeira Bonomo²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

Este trabalho de conclusão de curso consiste em uma revisão bibliográfica sobre a importância dos corpos cetônicos na dieta cetogênica como forma de tratamento para epilepsia refratária em crianças. A epilepsia refratária é uma condição neurológica comum em crianças que não respondem ao tratamento convencional com medicamentos. A dieta cetogênica é uma terapia nutricional que tem sido utilizada com sucesso no tratamento da epilepsia refratária em crianças, e sua eficácia está relacionada à produção de corpos cetônicos pelo fígado. Nesta revisão bibliográfica, foram analisados estudos que investigaram a relação entre a dieta cetogênica e a produção de corpos cetônicos em crianças com epilepsia refratária. Os resultados indicaram que a dieta cetogênica é capaz de aumentar significativamente os níveis de corpos cetônicos no sangue, o que pode levar à redução da frequência e gravidade das crises epiléticas. No entanto, a adesão à dieta cetogênica pode ser desafiadora e requer monitoramento e acompanhamento por profissionais de saúde qualificados. Esta revisão bibliográfica pode contribuir para a compreensão da importância dos corpos cetônicos na dieta cetogênica como uma opção de tratamento eficaz e segura para a epilepsia refratária em crianças.

Palavras-chaves: Dieta Cetogênica; Epilepsia Refratária; Corpos Cetônicos; Tratamento; Crianças.

Como a seletividade alimentar pode influenciar na saúde intestinal de crianças com transtorno do espectro autista

Fábio Álvaro dos Santos¹, Renata Nicolau¹, Isabela Teixeira Bonomo²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

O autismo é um transtorno do neurodesenvolvimento com prejuízos na comunicação verbal e não verbal, comportamentos repetitivos e restritos. Sua etiologia é de origem desconhecida. O objetivo deste trabalho foi identificar se a seletividade alimentar pode estar relacionada a problemas gastrointestinais em crianças portadoras de Transtorno do Espectro Autista. Neste trabalho realizou-se uma revisão bibliográfica do tipo qualitativa, a partir das bases de dados da Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Literatura Internacional em Ciências da Saúde (MEDLINE) consultadas através do site da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) da Biblioteca Regional de Medicina (BIREME), *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO) e PUBMED. A seletividade alimentar é uma alteração comportamental frequente em crianças com TEA, causada por uma neofobia. A textura é destacada como o principal fator para recusa alimentar, e a sensibilidade sensorial é a principal responsável por este padrão. A seletividade pode comprometer o estado nutricional e com isto trazer alterações na microbiota intestinal, como o aumento da permeabilidade intestinal e conseqüentemente a problemas gastrointestinais, além disso esta mudança na microbiota afeta a comunicação entre o cérebro e o intestino. A terapia alimentar vem mostrando bons resultados para melhoria dos sintomas gastrointestinais.

Palavras-chaves: Transtorno do Espectro Autista; Seletividade Alimentar, Microbiota; Disbiose Intestinal.

Educação nutricional e perfil de pacientes com diabetes mellitus tipo 2 acompanhados numa rede de atenção básica do município de Maricá-RJ

Dhara Pires Hentzy Mendes¹, Gabriela Câmara Vicente², João Dario Martins de Mattos²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

O diabetes mellitus tipo II é uma doença metabólica caracterizada pela diminuição da funcionalidade da insulina em estimular a utilização da glicose nos tecidos adiposos e nos músculos. O diabetes descompensado pode levar o indivíduo a adquirir outras tipos doença como: nefropatia, retinopatia, neuropatia e doenças cardiovasculares. A nutrição é fundamental no tratamento do diabetes, pois a alimentação equilibrada pode ajudar a controlar os níveis de glicose no sangue. O objetivo do estudo foi analisar o perfil dos pacientes da USF barroco e avaliar a influência de intervenções de educação nutricional nos usuários com diabetes mellitus DM2 acompanhados na unidade básica de saúde de Maricá - RJ. Este projeto de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Vassouras (CAAE 67987423.8.0000.5290). Trata-se de um estudo do tipo transversal, prospectivo e descritivo do tipo quali-quantitativo com amostra de conveniência. Participaram da pesquisa usuários portadores de diabetes mellitus tipo 2 acompanhados na Unidade USF barroco do Município de Maricá - RJ, onde foram convidados a responder um questionário estruturado com dados sociodemográficos e sobre o consumo alimentar, além de participarem de atividades de educação nutricional para o controle do diabetes mellitus. Os resultados revelaram que a maioria dos participantes (n=30) era do sexo feminino, com idade acima de 70 anos e da cor parda. No que diz respeito ao estado civil, a maioria dos participantes eram casados e viviam com outras pessoas na mesma residência, totalizando 33,35% da amostra. Além disso, 26,66% dos participantes tinham concluído o ensino médio e o ensino superior. Embora estivessem atualmente aposentados, a maioria ainda estava trabalhando com uma renda mensal média de 2 a 3 salários mínimos. Em relação aos hábitos alimentares, constatou-se que pelo menos uma vez por semana os participantes consumiam alimentos como cereais, ovos, carnes, leguminosas, frutas e legumes. No entanto, em relação aos alimentos processados e ultraprocessados, eles consumiam esses alimentos apenas uma vez por semana ou quase nunca. Concluiu-se que as atividades de educação nutricional são importantes como parte de uma abordagem multidisciplinar para promover a saúde de indivíduos com diabetes mellitus tipo 2 em acompanhamento nas unidades básicas de saúde.

Palavras-chaves: Diabetes tipo II; Educação Nutricional; Hábitos Alimentares; Controle Glicêmico.

Potabilidade da água/saneamento básico e sua relação com doenças de veiculação hídrica causadas através da ingestão de água contaminada em Maricá- RJ

Marcia Cristina Torres da Silva¹, Aline D'Avila Pereira²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

Uma água de boa qualidade é essencial na prevenção de doenças e na manutenção do corpo. Para ser considerada potável, a água precisa atender aos padrões de potabilidade estabelecidos pela Portaria do Ministério da Saúde de nº 2914, de 12 de dezembro de 2011, não devendo apresentar riscos à saúde humana. O presente trabalho tem por objetivo, expor a relação entre o saneamento básico e as doenças de veiculação hídrica no município de Maricá - RJ. Paralelo ao aumento populacional acelerado no município, o crescimento da escassez dos serviços de saneamento básico não acompanha o crescimento da população. Mediante a deficiência da oferta dos serviços básicos, são criados meios alternativos (poços, sumidouros), sem nenhum controle higiênico - sanitário como forma de suprir a necessidade do serviço em questão. Conseqüentemente, a população exposta ao contato direto ou indireto com patógenos, são acometidas por doenças de veiculação hídrica, causadas pela ingestão de água contaminada.

Palavras-chaves: Água Potável; Doenças; Saneamento; Veiculação Hídrica.

Prevalência de fatores de risco comportamentais para as principais doenças cardiovasculares em discentes de uma instituição de ensino superior da cidade de Maricá-RJ

Meiry Ellen Silva de Oliveira¹, Aline D'Avila Pereira²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

Atualmente, 520 milhões de pessoas são portadoras de doenças cardiovasculares (DCV) no mundo, sendo esta a principal causa de mortalidade. Os fatores de risco que levam ao desenvolvimento das DCV são: hereditariedade, idade, raça e sexo, ambiente, estilo de vida, peso corporal e fatores socioeconômicos. Fatores estes que podem estar presentes nos universitários. Assim, o objetivo foi determinar e analisar os fatores de risco para DCV em universitários de diversos cursos da Universidade de Vassouras, Campus Maricá. Este estudo é transversal e foi aplicado um questionário para coletar informações sobre os fatores de risco para as DCV. Foram entrevistados 266 alunos, com intervalo de idades de 18 a 65 anos. Observou-se que 67,67% da amostra possui antecedentes familiares para DCV, especialmente para hipertensão arterial sistêmica. O índice de sedentarismo foi alto (65,04%), assim como o índice de sobrepeso e obesidade. Houve diferença significativa ao comparar o Índice de Massa Corporal entre os cursos, assim como entre a quantidade de horas de sono por noite e consumo de frituras, embutidos, salgadinhos e/ou ultraprocessados com os cursos da área da saúde com os da não saúde. Conclui-se que os estudantes possuem fatores de risco para DCV.

Palavras-chaves: Doenças Cardiovasculares; Fatores de Risco de Doenças Cardíacas; Estudantes, Universidades.

Impacto da pandemia da covid 19 sobre os hábitos alimentares da população idosa acima de 60 anos do Município de Maricá

Raquel dos Santos da Silva Monteiro¹, Simone Coelho dos Santos Nascimento¹, Anne Marcelle Marques Coelho², Aline D'Avila Pereira²

1 Discente do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

2 Docente - Adjunto 1 do Curso de Nutrição da Universidade de Vassouras.

O isolamento social durante a pandemia da COVID-19 afetou a alimentação de toda a sociedade de forma direta ou indireta, incluindo a dos idosos. O objetivo do trabalho foi pesquisar o perfil dos hábitos alimentares da população idosa acima de 60 anos do município de Maricá durante a pandemia da COVID-19 e verificar possíveis alterações nesses hábitos e suas consequências. Foram entrevistados 132 idosos a partir de um questionário e posteriormente os dados recolhidos foram processados em software estatístico. Achados relevantes e com diferença significativa entre as amostras foram observados nos idosos participantes da pesquisa tais como presença de baixo peso e de aumento de peso entre os participantes, aumento do consumo de produtos industrializados e presença de doenças crônicas não transmissíveis - questões que refletiram na saúde nutricional de uma porcentagem significativa dos voluntários participantes do estudo. Diante do exposto, concluiu-se que houve mudança nos hábitos alimentares dos idosos durante a pandemia da COVID-19 gerando alterações nutricionais na saúde do público-alvo desta pesquisa principalmente o surgimento de sobrepeso em parcela significativa do grupo estudado, sendo este um dos fatores que possui relação direta com o desenvolvimento das Doenças Crônicas Não Transmissíveis na população.

Palavras-chaves: Idoso; Hábito Alimentar; Covid; Pandemia.



UNIVERSIDADE DE
VASSOURAS