

FARIAS, Silvia Cristina. *Avaliação do impacto de uma intervenção de promoção de frutas e hortaliças sobre o consumo desses alimentos por alunos e professores de escolas públicas*. 2011. 177 p. Dissertação (Mestrado em Alimentação, Nutrição e Saúde) – Instituto de Nutrição, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2011. *Orientadora*: Inês Rugani Ribeiro de Castro. *Coorientadora*: Virgínia Martins da Matta.

Resumo

O consumo de frutas e hortaliças (F&H) tem sido incentivado em vários países como medida de prevenção de doenças crônicas não transmissíveis, sendo a escola um espaço privilegiado para a promoção do consumo desses alimentos. Este estudo tem como objetivo avaliar o impacto de uma intervenção de promoção de F&H sobre o consumo desses alimentos por alunos e professores de escolas públicas do município do Rio de Janeiro. Trata-se de estudo de avaliação do tipo antes e depois, realizado com turmas de primeiro ciclo do ensino fundamental em oito unidades públicas municipais situadas em territórios cobertos pela Estratégia da Saúde da Família. No diagnóstico pré-intervenção foram registradas as atividades de promoção da alimentação saudável desenvolvidas nas escolas e o consumo usual de F&H pelos professores. Foram também observados o ambiente escolar e o consumo, pelos alunos, das F&H oferecidas pelo Programa de Alimentação Escolar. A intervenção abarcou um curso de formação para professores e merendeiras sobre promoção da alimentação saudável, com ênfase na promoção de F&H; distribuição de materiais educativos e realização de eventos de mobilização. No diagnóstico pós-intervenção, foram incluídas questões referentes às estratégias da intervenção. Foram criados indicadores de cobertura da atividade

e intensidade de exposição à intervenção, de síntese do nível de implementação da intervenção, de adesão à alimentação escolar, aceitação e consumo de F&H pelos alunos e do consumo de F&H pelos professores, e, também, indicadores de variação da aceitação (alunos) e do consumo (alunos e professores) de F&H. As variações observadas foram testadas estatisticamente por meio do teste t-Student pareado (no caso de médias) ou do Qui Quadrado de McNemar (no caso de proporções). A eventual influência do nível de implementação da intervenção sobre a variação do consumo e aceitação de F&H foi examinada por meio de modelos de regressão linear ou logística, dependendo do tipo de desfecho. Foram observados índices altos de aceitação de F&H entre alunos e de consumo de F&H entre alunos e professores no diagnóstico inicial. A intervenção alcançou 52,7% de implementação, tendo sido bem avaliada entre os professores. Nenhuma variação estatisticamente significativa foi observada após a intervenção tanto em relação à aceitação quanto em relação ao consumo de F&H. Foram observados resultados estatisticamente significativos somente para a associação positiva entre o nível de exposição à intervenção e a aceitação de hortaliças pelos alunos. A intervenção proposta alcançou nível intermediário de implementação e os resultados alcançados foram modestos em termos de variação do consumo de F&H por alunos e professores.

D'OLIVEIRA, Giselle Louise Cerqueira. Composição corporal de indivíduos com lesão medular cervical: influência do exercício físico e comparação de métodos. 2011. 62 p. Dissertação (Mestrado em Alimentação, Nutrição e Saúde) – Instituto de Nutrição, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2011. *Orientadora*: Josely Correa Koury. *Coorientadora*: Flavia Fioruci Bezerra.

Resumo

Objetivo: Comparar a composição corporal total e regional e a distribuição de gordura de homens com lesão medular LM cervical fisicamente ativos e não ativos, e sua relação com a concentração de proteína C – reativa ultra-sensível (PCR-us). Além disso, identificar um protocolo de impedância bioelétrica (BIA) que forneça resultados de percentual de massa gorda (MG) total concordantes com os obtidos pelo método de referência, absorciometria de dupla emissão de raios-X (DXA). *Métodos*: Os participantes possuíam lesão medular entre C5-C7 e foram classificados em ativos (n=15) e não ativos (n=10). Consideraram-se ativos os indivíduos que praticavam exercícios físicos há pelo menos três meses, três vezes por semana ou mais, totalizando tempo mínimo de 150 minutos de atividades físicas por semana. A determinação da composição corporal total e regional (braços, pernas e tronco) foi realizada por DXA. A PCR-us foi mensurada por imunoturbidimetria. Os protocolos de BIA testados foram: a) para indivíduos com LM (KOCINA & HEYWARD, 1997); b) para grupos que incluem idosos (GRAY et al 1989); c) validado para idosos brasileiros (DEY et al, 2003). A análise estatística dos dados incluiu

ANCOVA para comparar a massa corporal total, composição corporal e PCR-us entre os grupos; e correlação parcial com correção pelo tempo de lesão (TL) para identificar a associação de exercício físico com MG e da PCR-us com exercício físico e MG tronco. A comparação dos resultados de percentual de gordura obtidos por DXA e cada um dos protocolos de BIA foi realizada por ANOVA one way e Dunnet pós teste. A análise de Bland-Altman foi realizada para verificação da concordância entre os métodos testados. *Conclusão*: O exercício físico praticado de forma contínua e controlada é importante para manter menores valores de MG e evitar acúmulo de gordura na região do tronco. A melhor composição corporal e distribuição de gordura corporal observadas no grupo ativo possivelmente levaram à menor concentração de PCR-us sérica. Juntas, estas adaptações provavelmente contribuíram para a redução dos riscos de desenvolvimento de doenças cardiometabólicas. A semelhança na modificação da composição corporal entre idosos e indivíduos com LM sugere que protocolos de BIA propostos para idosos podem ser adequados para avaliação da composição corporal de indivíduos com lesão medular cervical.

BORSATTO, Juliana Esteves. *Capacidade antioxidante e a prática de atividade física em indivíduos com lesão medular cervical*. 2011. 75 p. Dissertação (Mestrado em Alimentação, Nutrição e Saúde) - Instituto de Nutrição, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2011. *Orientadora*: Josely Correa Koury.

Resumo

A lesão medular está associada a uma série de alterações bioquímicas e de composição corporal. O aumento da gordura corporal e seu acúmulo na região abdominal aliados a processos infecciosos decorrentes da lesão medular podem acarretar o incremento da concentração plasmática da proteína c-reativa (PCR). Tanto a gordura corporal quanto a elevada concentração da PCR estimulam a produção de espécies reativas de oxigênio, favorecendo o desequilíbrio oxidativo e o desencadeamento de doenças. É possível que a prática de atividade física regular possa atuar de modo benéfico através da melhor distribuição da gordura corporal e adaptação dos sistemas antioxidantes nesses indivíduos. Considerando a importância deste tema e a escassos estudos sobre o assunto, o objetivo deste estudo foi comparar, em indivíduos com lesão medular cervical a composição corporal e indicadores bioquímicos de estado antioxidante em indivíduos fisicamente ativos e não ativos. Participaram do estudo 24 tetraplégicos do gênero masculino (32 ± 10 anos de idade e 10 ± 8 anos de tempo de lesão), divididos em dois grupos, fisicamente ativos ($n=15$, com prática de atividade física há pelo menos 3 meses, 3 vezes/semana ou mais, totalizando tempo mínimo de 150 minutos/semana) e não ativos ($n=9$). A composição corporal foi determinada por absorciometria de dupla emissão de raio-X. Amostras de sangue foram coletadas após jejum de 12 horas para

determinação dos indicadores bioquímicos: de capacidade antioxidante, ácido úrico, bilirrubina, albumina, alfa-tocoferol, malondialdeído e PCR no plasma e atividade da superóxido dismutase em eritrócitos. O grupo não ativo apresentou maior IMC ($p=0,003$), gordura total (%) e de tronco (%) ($p<0,001$) do que o grupo fisicamente ativo. Foi encontrada relação entre a PCR e a porcentagem de gordura total ($r=0,72$, $p<0,001$), de tronco ($r=0,70$, $p<0,001$), massa gorda total ($r=0,73$, $p<0,001$) e de tronco ($r=0,67$, $p=0,001$). Não houve diferença significativa entre os indicadores bioquímicos de estado antioxidante, exceto a concentração da PCR que foi maior no grupo não ativo ($p=0,034$). Considerando todos indivíduos, 50% apresentavam deficiência de alfa-tocoferol (concentração plasmática $<11,6 \mu\text{mol/L}$). Foi observada relação negativa entre a concentração plasmática de alfa-tocoferol e a PCR ($r=-0,18$, $p=0,038$). No grupo ativo houve correlação positiva entre a razão tempo de atividade física:tempo de lesão e concentração plasmática de malondialdeído ($r=0,38$, $p=0,014$). Nossos resultados, analisados em conjunto, sugerem que prática contínua de atividade física após a lesão atua auxiliando a uma melhor composição corporal e, possivelmente, a uma menor concentração plasmática de PCR. O estado nutricional inadequado em alfa-tocoferol pode comprometer capacidade antioxidante, sendo necessárias medidas de apoio nutricional para adequar a ingestão de alfa-tocoferol para este grupo.

PASSOS, Michelle Delboni dos. *Imagem corporal e suas representações sociais: um estudo com adolescentes do município do Rio de Janeiro*. 2011. 131 p. Dissertação (Mestrado em Alimentação, Nutrição e Saúde) – Instituto de Nutrição, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2011. *Orientadora*: Sílvia Ângela Gugelmin.

Resumo

Atualmente a sociedade ocidental confere à aparência estética alta relevância associando-a à saúde, felicidade, sucesso e poder. Porém, dada a impossibilidade de todos se adequarem a um único padrão, é recorrente a distorção da imagem corporal. Em razão destas insatisfações, o sujeito procura dietas restritivas, atividade física e faz uso de práticas nocivas (vômito, uso de laxantes, fórmulas ou chás) a fim de se adequar ao padrão socialmente construído. Nosso objetivo é conhecer e compreender as representações sociais (RS) em torno do corpo, de adolescentes do nono ano do ensino fundamental do Rio de Janeiro. Realizamos sete grupos focais e doze entrevistas semi-estruturadas com adolescentes de escolas públicas municipais e privadas, dos bairros da cidade do Rio de Janeiro com menor e maior Índice de Desenvolvimento Social. Além disso, ao final dos grupos focais aplicamos um questionário a fim de caracterizar o contexto socioeconômico em que os sujeitos do estudo viviam e de algumas práticas cotidianas referentes à alimentação e ao seu corpo. Utilizamos para a interpretação das RS a abordagem estrutural, com o auxílio do programa EVOC, e a análise das práticas de discurso. Os adolescentes relacionaram o corpo às suas diversas partes (pernas, barriga, braços), à beleza, saúde, sabedoria,

sensualidade e sucesso em arrumar emprego. O padrão estético considerado belo por elas está no corpo magro, porém com curvas (cintura fina, pernas torneadas, nádegas e seios grandes). Na maior parte dos grupos focais, a magreza como padrão de beleza foi contrário ao estereótipo esquelético das modelos, que foi associado aos transtornos alimentares. Para os homens a RS do corpo belo está no corpo musculoso. Quando se tratou do sexo oposto, os homens valorizaram partes do corpo feminino (nádegas e seios). Já a RS das mulheres sobre a beleza do corpo masculino esteve no corpo musculoso e em alguns aspectos relacionados à higiene, à personalidade (gentileza, simpatia) e a forma de se vestir. Independente das condições socioeconômicas, a RS destes adolescentes sobre o corpo incorpora o padrão estético divulgado pela mídia, onde o que traz prestígio é o corpo “magro”. Embora exista uma pluralidade de corpos, no contexto estudado ela não foi considerada já que há uma ditadura da beleza que discrimina aqueles que não estão dentro destes padrões. Isso pode ter estimulado alguns jovens a fazerem uso de chás emagrecedores, laxantes ou induzirem o vômito com o objetivo de perder peso. A questão que se coloca não é o fato de existir apenas um padrão e sim a forma com que os jovens lidam com esta pressão e acabam por priorizar a beleza como capital simbólico.