

EFEITO DOS DIAS DA SEMANA SOBRE A INGESTÃO DE MACRO-NUTRIENTES AVALIADO POR QUESTIONÁRIO DE FREQUÊNCIA ALIMENTAR

DANIÉLE GERAS FUHRICH; SINARA LAURINI ROSSATO; FLAVIA GHIZZONI; MARTINA SOUZA; MAÍRA OLIVEIRA; RODOLFO SOUZA DA SILVA; LEILA B MOREIRA; SANDRA C FUCHS; FLÁVIO FUCHS

a) O efeito do dia da semana sobre a ingestão alimentar avaliada por inquéritos de curto prazo como Recordatórios Alimentares de 24 horas (RA24h) é notório. Por outro lado, quando a ingestão alimentar ou de energia e nutrientes é avaliada por questionários de frequência alimentar (QFA) espera-se que o efeito dos dias da semana seja eliminado. b) Avaliar o efeito dos dias da semana (início da semana versus o fim da semana) sobre a ingestão de energia e macronutrientes avaliada por QFA em adolescentes do sul do Brasil. c) Estudo transversal de base populacional com 136 adolescentes, de 11 e 19 anos de idade. Dados da dieta foram obtidos com QFA. A ingestão de macronutrientes foi dividida em duas fases da semana (segunda a quarta/quinta a sábado). O efeito das fases da semana sobre a ingestão de energia e macronutrientes foi testada com Modelos Linear Misto. d) A ingestão de macronutrientes variou de acordo com a fase da semana. Na amostra houve aumento do consumo do início para o final da semana para todos macronutrientes. Nas mulheres a ingestão de energia e macronutrientes foram maior no final da semana em relação ao início da semana para energia, carboidrato, proteína e gordura total, respectivamente 482,64 kcal/dia; $p=0,010$; 61,16 g/dia; $p=0,019$; 11,53 g/dia; $p=0,014$; e 22,76 g/dia; $p=0,010$. d) Esses resultados mostram que em adolescentes existe diferença no consumo de energia e macronutrientes durante a semana, atingindo o maior nível no final da semana mesmo quando avaliados com QFA.