

151

PADRÃO DIETÉTICO DE ADOLESCENTES, ADULTOS E IDOSOS DE PORTO ALEGRE: COMPARAÇÃO COM DIETAS MEDITERRÂNEA E DASH. *Felipe Cavedon Ughini, Flávio Danni Fuchs, Miguel Gus, Leila Beltrami Moreira, Ruth Henn, Carolina Rodrigues, Andrea Christman,*

Analisa Celestini, Sandra Cristina Pereira Costa Fuchs (orient.) (Departamento de Medicina Social, Faculdade de Medicina, UFRGS).

Objetivos: Avaliar o padrão dietético de adolescentes, adultos e idosos, comparando-os com as dietas Mediterrânea e DASH, e verificar se a associação é influenciada por idade. Método: Realizou-se estudo transversal em amostra de 268 indivíduos com idade entre 12 e 89 anos, residentes na grande Porto Alegre. Coletaram-se informações sobre idade, gênero, escolaridade, peso, altura e frequência de consumo alimentar, com um recordatório de 24 horas, através de um questionário. Baseando-se nos alimentos referidos, calcularam-se escores de seguimento às dietas. Analisou-se a associação de idade com o consumo alimentar recomendado em cada grupo, através do teste do Qui-quadrado de Pearson, e as características preditoras de seguimento às dietas, através de regressão linear múltipla. Resultados: Investigaram-se 61 adolescentes (14, 9 (1, 3 anos), 120 adultos (30, 2 (10, 9 anos) e 87 idosos (68, 7 (7, 5 anos), sendo 65, 6%, 52, 5% e 71, 3% mulheres e 3, 3%, 25, 0% e 57, 5% apresentando excesso de peso, respectivamente nos três grupos de idade. Verificou-se que há baixo seguimento às dietas Mediterrânea e DASH. Os participantes referiram maior consumo de frutas (22%), legumes (21%) e cereais (60%), preconizados na dieta Mediterrânea, e menor consumo de carnes (96%), alimentos ricos em gordura (80%) e açúcar (91%) recomendados na dieta DASH. Identificou-se uma associação positiva e significativa de idade ($p < 0,001$), gênero feminino ($p = 0,002$), escolaridade ($p < 0,001$) e IMC ($p = 0,04$) com a dieta Mediterrânea. Contudo, apenas idade ($p = 0,001$) e gênero ($p = 0,002$) mantiveram-se significativa e independentemente associados. Na dieta DASH também identificou-se associação positiva com idade ($p = 0,002$) e com o gênero feminino ($p < 0,001$), mas após controle de fatores de confusão persistiu apenas a associação com gênero ($p = 0,001$). Conclusões: Os padrões alimentares recomendados nas dietas Mediterrânea e DASH não são usuais na nossa população. Contudo, os princípios das duas dietas (consumo de frutas, legumes, vegetais e cereais) foram mais frequentemente seguidos pelas mulheres e indivíduos idosos. (PIBIC/CNPq-UFRGS).