



Evento	Salão UFRGS 2015: SIC - XXVII SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFRGS
Ano	2015
Local	Porto Alegre - RS
Título	Consumo de alimentos ricos em gordura em comunidades quilombolas do Rio Grande do Sul
Autor	LAÍS LIMA FERREIRA
Orientador	MARILDA BORGES NEUTZLING

Título: Consumo de alimentos ricos em gordura em comunidades quilombolas do Rio Grande do Sul

Nome do autor: Laís Lima Ferreira.

Orientador: Profa. Dra. Marilda Borges Neutzling.

Instituição de origem: Universidade Federal do Rio Grande do Sul

Introdução: O consumo de gordura saturada na carne com gordura visível é de 31% na população brasileira. O excesso de peso cresce no país, 52,5% dos brasileiros estão com sobrepeso e 17,9% estão obesos. O alto consumo de gordura saturada, presente em sua maioria nos alimentos de origem animal, é fator de risco para infarto, acidente vascular cerebral e câncer. Este trabalho tem por objetivo descrever a frequência de consumo de alimentos ricos em gordura saturada na população de quatro comunidades quilombolas do Rio Grande do Sul.

Metodologia: Foram utilizados dados coletados em 2014, na linha de base do estudo de intervenção: “Educação Alimentar e Nutricional em comunidades quilombolas com insegurança alimentar: resgate da cultura alimentar, promoção da alimentação saudável e da exigibilidade do Direito Humano a Alimentação”. Para construção das variáveis utilizou-se dados coletados no instrumento VIGITEL, “marcadores de consumo alimentar”. Com relação ao consumo de carne; “quando o (a) sr (a) come carne vermelha com gordura, o (a) sr (a) costuma: tirar sempre o excesso de gordura visível, comer com a gordura ou não come carne vermelha com muita gordura”, e “quando o (a) sr (a) come frango com pele, o (a) sr (a) costuma: tirar sempre a pele, comer com a pele ou não come pedaços de frango com pele”. As respostas foram dicotomizadas em consome gordura aparente da carne ou não e consome pele do frango ou não. No que se refere ao consumo de leite analisou-se: frequência semanal do consumo do alimento (variando de nunca a todos os dias da semana) e tipo de leite consumido (integral, desnatado ou ambos).

Resultados: Foram entrevistadas 178 responsáveis pelos domicílios, sendo a maioria do sexo feminino (69,7%). O consumo de carne vermelha (boi, porco, cabrito) e frango era consumido em sua maioria de 1 a 2 vezes por semana – (30,9%), (47,8%), respectivamente. Observou-se que quase metade (46,8%) dos entrevistados dizia não tirar gordura aparente da carne. Mais da metade (58,4%) dos indivíduos refere comer o frango com a pele. No que se refero ao consumo de leite, verificou-se que apenas 1/3 (28,1%) afirmava consumir leite todos os dias e destes, 99% ingeria leite integral. Através da realização do questionário quantitativo, pode-se observar o alto consumo de gorduras saturadas através de carne vermelha, frango com pele e leite integral.

Considerações finais: A frequência de consumo de alimentos ricos em gordura saturada nas comunidades quilombolas estudadas é bastante elevada. Intervenções direcionadas a estas populações visando diminuir o consumo de gordura saturada e os ricos para excesso de peso e doenças cardiovasculares são urgentes.