



---

REVISTA DO HOSPITAL DE CLÍNICAS DE PORTO ALEGRE E  
FACULDADE DE MEDICINA DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL

---

REVISTA HCPA 2003; 23 (Supl.)

# 23<sup>a</sup> SEMANA CIENTÍFICA do HCPA

De 01 a 05 de Setembro de 2003

---

10º Congresso de Pesquisa e Desenvolvimento em Saúde do Mercosul

# Anais

**PADRÃO DIETÉTICO DE ADOLESCENTES, ADULTOS E IDOSOS DE PORTO ALEGRE: COMPARAÇÃO COM DIETAS MEDITERRÂNEA E DASH.** Ughini FC , Rodrigues C , Christman A , Celestini A , Henn R , Gus M , Moreira LB , Fuchs SC , Fuchs FD . Departamentos de Medicina Social, Medicina Interna e Farmacologia, Serviço de Cardiologia . HCPA.

Fundamentação: O efeito protetor das dietas Mediterrânea (rica em cereais, frutas, legumes e vegetais, peixe, azeite de oliva e consumo moderado de vinho) e DASH - Dietary Approach to Stop Hypertension (rica em frutas, vegetais, grãos e laticínios dietéticos) está bem estabelecido para doença cardiovascular. 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 não probabilística 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 questionário auto-preenchido, após consentimento verbal. Baseando-se nos alimentos referidos, calcularam-se escores de seguimento às dietas, atribuindo-se 1 ponto se a quantidade recomendada no grupo fosse ingerida ou zero para consumos inferiores. O somatório de pontos poderia chegar a 9 pontos na Mediterrânea e 7 na DASH. 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 ± 7,5 anos), sendo 10,9 anos) e 87 idosos (68,7 ± 1,3 anos), 120 adultos (30,2 ± 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 índice de massa corporal ( $p = 0,04$ ) 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 freqüentemente seguidos pelas mulheres e indivíduos idosos.