

ADEÇÃO A UM PADRÃO ALIMENTAR “COMUM BRASILEIRO” E MEDIDAS DAS FRAÇÕES LIPÍDICAS SÉRICAS: COORTE DE NASCIMENTO DE 1993 DE PELOTAS, RS

MARIANNA COIMBRA AGENDES¹; BRUNA CELESTINO SCHNEIDER²;
JULIANA DOS SANTOS VAZ³

¹Faculdade de Nutrição, Universidade Federal de Pelotas – mari.agendes8@hotmail.com

²Programa de Pós Graduação em Epidemiologia, Universidade Federal de Pelotas –
brucelsch@yahoo.com.br

³ Faculdade de Nutrição, Universidade Federal de Pelotas – juliana.vaz@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

A adolescência é um período de mudanças comportamentais e psicossociais que podem influenciar nos hábitos alimentares. Nesta fase da vida, a alimentação representa um dos principais componentes do estilo de vida e estudos sobre o consumo alimentar são fundamentais para reforçar os hábitos saudáveis e identificar fatores de risco (PINHO et al., 2014; SALVATTI et al., 2011).

O perfil lipídico sanguíneo na infância está fortemente relacionado a valores do adulto. A ocorrência de dislipidemia em populações jovens destaca a necessidade de compreender os fatores que influenciam. Frações de colesterol e triglicerídeos séricos são determinados por fatores genéticos e de estilo de vida (KELISHADI, 2015; HAGHDOOST, 2015).

A POF 2008-2009 mostra que alimentos caracterizados como tradicionais ou minimamente processados e preparações culinárias feitas com esses alimentos ainda correspondem, em termos do total de calorias consumidas, a quase dois terços da alimentação dos brasileiros. E o arroz com feijão correspondem a quase um quarto da alimentação (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014).

O Objetivo do presente estudo foi analisar o padrão alimentar “*comum brasileiro*” e relacionar com lipídeos séricos aos 18 anos entre os adolescentes pertencentes à coorte de nascimento de 1993 segundo variáveis sociodemográficas, comportamental e estado nutricional.

2. METODOLOGIA

A Coorte de Nascimentos de 1993 é um estudo de base populacional prospectivo realizado com todos os recém-nascidos na zona urbana da cidade de Pelotas, RS, no ano de 1993. No acompanhamento dos 18 anos, a amostra foi composta por 3616 adolescentes.

Para avaliar o consumo alimentar dos jovens, um Questionário de Frequência alimentar semi-quantitativo (QFA) em formato eletrônico foi aplicado (SCHNEIDER et al., 2015). O QFA era composto por 88 itens alimentares, e oito opções de

resposta, variando entre “cinco ou mais vezes por dia” a “nunca ou menos de uma vez por mês”. Para avaliar o padrão alimentar, foi realizada análise de componentes principais, e identificado o padrão alimentar “*Comum brasileiro*” caracterizado pelo consumo de café, feijão preto, açúcar refinado, margarina/manteiga, arroz branco e pão branco. O escore de adesão ao padrão alimentar foi dividido em tercís de adesão.

Amostra de sangue foi coletada e a fração de colesterol LDL (mg/dL) e triglicerídeos (mg/dL) foram avaliadas por método enzimático colorimétrico.

As variáveis sociodemográficas selecionadas para a análise foram: sexo (feminino/masculino), renda da família (em tercís) e escolaridade materna (<8; ≥8anos). O estado nutricional foi categorizado em excesso de peso (não/sim), seguindo as categorias de IMC em Z-escore para a idade. As variáveis de estilo de vida foram: tabagismo atual (sim/não) e atividade física (<300; ≥300 minutos/semana de atividade no deslocamento e lazer).

Foram realizadas testes de diferenças de mediana (teste kruskal-wallis) e médias (ANOVA) das concentrações séricas de triglicerídeos e colesterol LDL, respectivamente, de acordo com os tercís de adesão ao padrão “*Comum brasileiro*”. As análises foram realizadas no programa STATA 15.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Do total de adolescentes com 18 anos (n= 3616) analisados na amostra, 51% (n=1810) eram meninas. A maioria dos jovens eram de cor da pele branca (64,1% meninas e 64,4% meninos), apresentava renda ao nascer menor que um salário mínimo mensal (60% meninas e 61,4% meninos) e era filho de mãe com escolaridade inferior a 8 anos (62,1% meninas e 60,1% meninos). Em relação ao estilo de vida, observou-se que 15% dos meninos e 12,6% das meninas fumavam. Mais de 70% dos meninos e 45,8% das meninas praticavam 300 minutos ou mais de atividade física semanal. O excesso de peso foi observado em quase 30% das meninas e 24,7% dos meninos.

A mediana de triglicerídeos entre os jovens foi 70 mg/dL (IIQ 55 91) e a média de colesterol LDL foi 89,5 mg/dL (DP=20,3). Na Tabela 1 são apresentadas as medianas e médias de triglicerídeos e colesterol LDL de acordo com a adesão ao PA “*Comum brasileiro*” pelos adolescentes. Observou-se que quanto maior a adesão ao padrão alimentar comum brasileiro, menores são os valores sanguíneos de triglicerídeos e colesterol LDL em meninas e meninos.

Similarmente ao observado neste estudo, um trabalho realizado em Cuiabá, Mato Grosso, com adolescentes, identificou três padrões alimentares e avaliou a associação com características socioeconômicas, de estilo de vida e estado nutricional (RODRIGUES, 2012).

Tabela 1. Média/mediana de triglicerídeos e colesterol LDL de acordo com a adesão ao padrão alimentar comum brasileiro por adolescentes aos 18 anos. Coorte de nascimento de 1993, Pelotas, RS.

Adesão ao padrão alimentar "Comum brasileiro"	Triglicerídeos (mg/dL)		Colesterol LDL (mg/dL)	
	Mediana (Intervalo interquartil)		Média (desvio padrão)	
	Meninas	Meninos	Meninas	Meninos
1º tercil (menor)	74 (59-101)	71 (56-95)	97,2 (24,3)	87,3 (21,1)
2º tercil	70 (58-90)	67 (56-88)	93,4 (23,9)	84,9 (20,2)
3º tercil (maior)	69 (56-85)	66 (54-87)	91,9 (23,3)	81,0 (19,1)
<i>P-valor *</i>	<i>0,0001</i>	<i>0,02</i>	<i>0,0005</i>	<i><0,001</i>

**P-valor* refere-se ao teste de Kruskal-Wallis para triglicerídeos e ANOVA para colesterol LDL.

O principal achado deste estudo foi o efeito protetor do padrão "tradicional", composto principalmente pela combinação arroz e feijão, alimentos básicos típicos do Brasil, para o excesso de peso. Este efeito, anteriormente verificado em adultos, foi corroborado em jovens, salientando a importância de ações voltadas para o estímulo ao resgate de antigos hábitos alimentares brasileiros, que têm sido substituídos por hábitos ocidentalizados, principalmente durante a adolescência (RODRIGUES, 2012).

4. CONCLUSÕES

O presente estudo mostrou associações entre o Padrão Alimentar "Comum Brasileiro" e lipídios sanguíneos em adolescentes brasileiros com 18 anos. Os escores desse padrão alimentar foram associados com menor triglicerídeo e colesterol LDL para ambos os sexos.

Esses resultados enfatizam a importância da compreensão das percepções dos padrões alimentares entre os adolescentes e dos esforços para manter os alimentos tradicionais da culinária brasileira, sobretudo o arroz com feijão, em suas dietas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

RODRIGUES, PRM; PEREIRA, RA; CUNHA, DB; SICHIERI, R; FERREIRA, MG; VILELA, AAF; SILVA, RMVG. Fatores associados a padrões alimentares em adolescentes: um estudo de base escolar em Cuiabá, Mato Grosso. **Revista Brasileira de Epidemiologia**. v. 15, n.3, p. 8, 2012.

PINHO, L; FLÁVIO, EF; SANTOS, SHS; BOTELHO, ACC; CALDEIRA, PC. Excesso de peso e consumo alimentar em adolescentes de escolas públicas no norte de Minas Gerais, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**. v. 19, n. 1, p. 68, 2014.

SALVATTI, AG; ESCRIVÃO, MAMC, TADDEI, JAAC; BRACCO, MM. Padrões alimentares de adolescentes na cidade de São Paulo. **Revista de Nutrição**. v. 24, n. 5, p. 704-705, 2011.

KELISHADI, R; HAGHDOOST, AA; MOONSAZADEH, M; KEIKHA, M; ALIRAMEZANY, M. A systematic review and meta-analysis on screening lipid disorders in the pediatric age group. **J Res Med Sci**. 2015; 20:1191–9

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Guia alimentar para a população brasileira**. Brasília, 2014. Online. Disponível em: <http://portalms.saude.gov.br/promocao-da-saude/alimentacao-e-nutricao/guia-alimentar-para-a-populacao-brasileira>