



Realização:



Apoio:



XVII CIC  
X ENPOS

Conhecimento sem fronteiras  
XVII Congresso de Iniciação Científica  
X Encontro de Pós-Graduação  
11, 12, 13 e 14 de novembro de 2008

## CONSUMO DE GORDURAS E PREVALÊNCIA DE DOENÇAS CRÔNICAS NA COLÔNIA Z3 DE PELOTAS, RS.

**Autor(es):** BAIROS, Jacqueline Valle de; BENDER, Eliana.

**Apresentador:** Jacqueline Valle de Bairros

**Orientador:** Eliana Bender

**Revisor 1:** Marilda Borges Neutzling

**Revisor 2:** Maria de Fátima Alves Vieira

**Instituição:** Universidade Federal de Pelotas

### Resumo:

A Colônia de Pescadores Z3, pertence à zona rural de Pelotas/RS, sendo a pesca artesanal, a principal economia local. Este estudo tem como objetivo investigar o consumo de gorduras dos moradores da Colônia Z3 e a associação com a prevalência de doenças crônicas. O aumento proporcional do consumo de dietas com elevado teor de lipídios, principalmente ácidos graxos saturados e baixa quantidade de fibras e gorduras insaturadas tem sido relacionado a um maior risco para doenças crônicas (BONOMO et al., 2003). Estudos têm mostrado associação entre o consumo de ácidos graxos poliinsaturados ômega 3 encontrados nos peixes e óleos de peixe, com a redução dos coeficientes de morbimortalidade por doenças cardiovasculares (SCHMIDT, 2000). A população-alvo do estudo foi constituída de adultos acima de 19 anos, selecionados por conveniência a partir do cadastro disponível na Cooperativa local. Para a coleta de dados foram realizadas entrevistas durante o mês de janeiro. Foram considerados portadores de doenças crônicas aqueles que auto referiram à presença de pelo menos uma cronicidade. Foi utilizado o questionário de frequência de consumo de fibras alimentares e gorduras da dieta (Block Screening Questionnaire for Fat and Fruit/Vegetable/Fiber Intake) proposto por Block et al. (2000) adaptado pelo autor. Para este estudo foi incluído à primeira parte três itens relativos ao consumo de peixe, camarão e siri, tendo por objetivo avaliar também a frequência do consumo de alimentos ricos em gorduras poliinsaturadas. Os dados foram processados pelo programa computacional Epi-Info 6 (CDC, 1999). Verificou-se no presente estudo que mesmo sendo esta localidade uma zona pesqueira, com uma frequência elevada de consumo de peixes e outros frutos do mar considerados fontes protetoras para doenças crônicas, pelos seus elevados conteúdos de gordura poliinsaturada, ainda assim as doenças crônicas degenerativas são frequentemente referidas por estes indivíduos. Outros fatores não estudados podem estar associados a estes desfechos. Recomenda-se incentivo ao resgate de hábitos alimentares saudáveis dentre os quais o consumo do peixe e frutos do mar, salientando os benefícios do consumo destes alimentos à saúde bem como os riscos decorrentes de outras fontes de gorduras.