

# Revista Española de Nutrición Comunitaria

Spanish Journal of Community Nutrition

Vol. 23 - Suplemento 1 - 2017



Órgano de expresión de  
la Sociedad Española  
de Nutrición Comunitaria

Órgano de expresión del  
Grupo Latinoamericano de  
Nutrición Comunitaria  
[www.nutricioncomunitaria.org](http://www.nutricioncomunitaria.org)

**Director**

Javier Aranceta Bartrina

**Editores Asociados**

Lluís Serra Majem  
Carmen Pérez Rodrigo

**Redactor Jefe**

Joan Quiles Izquierdo

**Secretarías de Redacción**

Victoria Ariza Val  
Joan Fernández Ballart  
Emilio Martínez de Vitoria  
Rosa Ortega Anta  
Amelia Rodríguez Martín  
Gregorio Varela Moreiras  
Lourdes Ribas Barba  
Ana María López Sobaler  
Josep A. Tur Mari

**Indexada en**

EMBASE/Excerpta Médica  
IBECs (Índice Bibliográfico en Ciencias de la Salud)  
IME (Índice Médico Español)  
Journal Citation Reports/Science Edition  
Science Citation Index Expanded (SciSearch®)  
SIIC Data Bases  
SCOPUS  
MEDES  
Dialnet

## CONGRESO INTERNACIONAL DE NUTRICIÓN Y SEGURIDAD ALIMENTARIA

<b>Editorial</b>	1
<b>Mensaje de Bienvenida</b>	3
<b>Comisión Organizadora</b>	5
<b>Comisión de Honor</b>	6
<b>Comisión Científica</b>	7
<b>Ponentes invitados</b>	8
<b>Ponencias Keynote</b>	9
<b>Mesas Redondas</b>	10
<b>Programa</b>	11
<b>Comunicaciones premiadas como mejores presentaciones del Congreso</b>	13
<b>Instituciones colaboradoras</b>	15
<b>Instituciones promotoras</b>	17
<b>COMUNICACIONES ORALES</b>	21
<b>COMUNICACIONES PÓSTER</b>	35
<b>ÍNDICE DE AUTORES</b>	49
<b>EL CONGRESO EN IMÁGENES</b>	51

## 9 Efeito de planos alimentares e de treino nos perfis glicémico e lipídico em idosos diabéticos tipo 2: Revisão Sistemática

*Barreira E, Novo A, Vaz J<sup>1,2</sup>, Pereira A<sup>1</sup>*

<sup>1</sup>Escola Superior de Saúde de Bragança. Instituto Politécnico de Bragança. Av. D. Afonso V, 5300-121 Bragança. Portugal. <sup>2</sup>CIMO. Centro de Investigação de Montanha. Escola Superior Agrária. Instituto Politécnico de Bragança. Campus de Santa Apolónia. Apartado 1172, 5301-855 Bragança. Portugal.

E-mail: edubarreira4@hotmail.com

**Introdução:** A diabetes tipo 2 é uma patologia crónica com grande impacto a nível mundial particularmente na população idosa. Estima-se que o número de diabéticos tipo 2 aumente consideravelmente nas próximas décadas devido ao envelhecimento da população, obesidade, alimentação inadequada e inatividade física. A promoção de uma alimentação saudável e a prática de atividade física têm demonstrado ser fundamentais no controlo e manutenção da glicémia e perfil lipídico.

**Objetivos:** Verificar o impacto da implementação de programas dietéticos e/ou atividade física nos valores de glicémia e perfil lipídico em idosos diabéticos tipo 2.

**Métodos:** Revisão sistemática da literatura publicada no período 2010-2016 na base de dados PubMed/Medline. Pretende-se responder à questão de investigação: "Qual o impacto da implementação de programas dietéticos e de atividade física nos valores de glicémia e perfil lipídico em idosos diabéticos?" Após a aplicação dos critérios de inclusão foram selecionados 30 artigos de um total de 230825.

**Resultados:** Nos 30 artigos selecionados são evidentes as modificações positivas que a implementação de programas dietéticos/atividade física baseados numa maior ingestão de produtos hortícolas, alimentos com baixo índice glicémico, ácidos gordos insaturados, vitamina D, probióticos, restrição calórica bem como a prática de exercícios aeróbios, resistência e flexibilidade supervisionados têm no controlo da glicémia e perfil lipídico em idosos diabéticos tipo 2.

**Conclusões:** A implementação de programas que visem uma alimentação saudável, equilibrada e a prática regular de atividade física de acordo com informações cientificamente válidas são pilares fundamentais no tratamento desta patologia.

**Palavras-chave:** Controlo glicémico. Dislipidemia. Atividade física. Nutrição. Idosos.

\* \* \*

## Effect of food plans and training in glycemic and lipid profiles in elderly diabetic type 2: Systematic Review

**Introduction:** Type 2 Diabetes is a chronic disease with great impact worldwide, particularly in the elderly population. It is estimated that the number of type 2 diabetics increase considerably in the coming decades due to the aging population, obesity, unhealthy diet and physical inactivity. The promotion of healthy eating and physical activity has been shown to be fundamental in the control and maintenance of blood glucose and lipid profile.

**Objectives:** To determine the impact of the implementation of dietary and physical activity programs in the amounts of glucose and the lipid profile in elderly with type 2 diabetes.

**Methods:** Systematic review of the literature published in the period 2010-2016 in PubMed/Medline database. It is intended to answer the research question: "What is the impact of implementing dietary and physical activity programs in the amounts of glucose and the lipid profile in elderly with type 2 diabetes?". After applying the inclusion criteria were selected 30 articles from a total of 230.825.

**Results:** In the 30 selected articles are evident the positive changes that the implementation of dietary/physical activity programs based on a higher intake of vegetables, foods with low glycemic index, unsaturated fatty acids, vitamin D, probiotics, caloric restriction and the practice of aerobic exercises, supervised resistance and flexibility have on glycemic control and lipid profile in elderly with type 2 diabetes.

**Conclusions:** The implementation of programs aimed to healthy eating, balanced and regular physical activity in accordance with scientifically valid information are cornerstones in the treatment of this pathology.

**Keywords:** Glycemic control. Dyslipidemia. Physical activity. Nutrition. Elderly.

## 10 Cogumelos como potenciais produtos agrícolas e industriais: análise preliminar para a Segurança Alimentar e desenvolvimento sustentável – um estudo de caso

*Boin EASF, Leite M<sup>1,2</sup>, Ferreira J<sup>1,2</sup>, Ramos P, Nunes JMSA<sup>1</sup>*

<sup>1</sup>Associação BLC3. Campus de Tecnologia e Inovação. Rua Nossa Senhora da Conceição, 2, Lagares OHP. Portugal. <sup>2</sup>BTS. Biotechnology and Sensing for Food Safety and Health, Lda. Rua Nossa Senhora da Conceição, 2 – Edifício 2, Sala 8, Lagares OHP. Portugal. <sup>3</sup>Faculdade de Farmácia. Pólo das Ciências da Saúde. Universidade de Coimbra. Portugal.

E-mail: elisa.boin@blc3.pt

O recurso sustentável da biodiversidade numa perspectiva alimentar representa uma forte contribuição no contexto de segurança alimentar e nutrição. As florestas mediterrânicas são reconhecidas por serem hotspots dessa diversidade biológica, sendo os cogumelos componentes essenciais do funcionamento destes ecossistemas e importantes recursos nutricionais e nutracêuticos a nível mundial.

As atividades de colheita e produção de cogumelos tem vindo a intensificar-se nas últimas décadas, com um aumento simultâneo na procura de novos produtos micológicos. Torna-se, portanto, decisivo a aplicação de instrumentos e métodos de avaliação apropriados, pela escassez de investigação científica e legislação que regulamente a colheita, produção, distribuição e comercialização de cogumelos. Tais medidas revelam-se determinantes para fortalecer este valioso produto florestal.

O presente trabalho visa fornecer uma avaliação das principais ações que permitirão promover os cogumelos enquanto potenciais produtos agrícolas e industriais em futuras cadeias alimentares. Apresenta-se, igualmente, um estudo de caso realizado em Portugal em 2016, cujo objetivo englobou a análise