



# 12.<sup>a</sup> Reunião Anual PortFIR

## ESCOLHAS ALIMENTARES E NUTRIÇÃO

### Os desafios da nova década

## RESUMO DA REUNIÃO

15.out.2019

Auditório do INFARMED

Lisboa

© Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge, 2019.

Ficha técnica:

Título: 12.<sup>a</sup> Reunião Anual PortFIR. Escolhas Alimentares e Nutrição | Os desafios da nova década

Relatores: Roberto Brazão, Paulo Fernandes, Andreia Lopes, Luísa Oliveira, Maria da Graça Dias

Editor: Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge, I. P. (INSA)

Coleção: Materiais de difusão da cultura científica e de formação

Lisboa, dezembro de 2019

# 12.ª REUNIÃO ANUAL PortFIR

## ESCOLHAS ALIMENTARES E NUTRIÇÃO

### OS DESAFIOS DA NOVA DÉCADA

15 outubro 2019  
Auditório INFARMED

### Entidades presentes

**APN** | ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE NUTRIÇÃO

**CHULN** | CENTRO HOSPITALAR UNIVERSITÁRIO LISBOA NORTE

**CVPZ-RIVM** | CENTRE FOR NUTRITION, PREVENTION AND HEALTH SERVICES – NATIONAL INSTITUTE FOR PUBLIC HEALTH AND THE ENVIRONMENT

**DGAV** | DIREÇÃO-GERAL DE ALIMENTAÇÃO E VETERINÁRIA

**ENSP-UNL** | ESCOLA NACIONAL DE SAÚDE PÚBLICA DA UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA

**ESB-UCP** | ESCOLA SUPERIOR DE BIOTECNOLOGIA DA UNIVERSIDADE CATÓLICA PORTUGUESA

**FCNAUP** | FACULDADE DE CIÊNCIAS DA NUTRIÇÃO E ALIMENTAÇÃO DA UNIVERSIDADE DO PORTO

**FIPA** | FEDERAÇÃO DAS INDÚSTRIAS PORTUGUESAS AGRO-ALIMENTARES

**IELT-FCSH-UNL** | INSTITUTO DE ESTUDOS DE LITERATURA E TRADIÇÃO DA FACULDADE DE CIÊNCIAS SOCIAIS E HUMANAS DA UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA

**IPAM PORTO** | INSTITUTO PORTUGUÊS DE ADMINISTRAÇÃO DEMARKETING

**IPMA** | INSTITUTO PORTUGUÊS DO MAR E DA ATMOSFERA

**ISA** | INSTITUTO SUPERIOR DE AGRONOMIA

**IUEM** | INSTITUTO UNIVERSITÁRIO EGASMONIZ

**PNPAS-DGS** | PROGRAMA NACIONAL PARA A PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL DA DIREÇÃO-GERAL DA SAÚDE

**RIVM** | NATIONAL INSTITUTE FOR PUBLIC HEALTH AND THE ENVIRONMENT

### Patrocinadores



**DOCAPESCA**  
PORTOS E LOTAS, S.A.



## Sumário

---

	Pág.
1. Introdução	1
2. Comunicações orais e Debate	3
3. Resumos e posters submetidos	5
4. Inquérito de avaliação do grau de satisfação	9
5. Programa	16

## Introdução

---

O Departamento de Alimentação e Nutrição (DAN), do Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge, I.P. (INSA), promoveu, no dia **15 de outubro**, no auditório do INFARMED, em Lisboa, a **12.ª Reunião Anual PortFIR**, dedicada ao tema *“Escolhas Alimentares e Nutrição. Os desafios da nova década”*.

A presente edição da Reunião Anual PortFIR, este ano integrada na 13<sup>th</sup> **International Food Data Conference (IFDC)** e nas comemorações dos **120 anos do Instituto Ricardo Jorge**, teve como principais objetivos apresentar e debater os temas da alimentação e nutrição e das escolhas alimentares, procurando fazer uma breve retrospectiva dos hábitos e costumes alimentares nacionais e globais e uma reflexão mais aprofundada sobre os desafios que se colocam para a próxima década, em termos de produção e consumo, sustentabilidade, envolvente às escolhas dos consumidores e hábitos e dietas alimentares mais saudáveis.

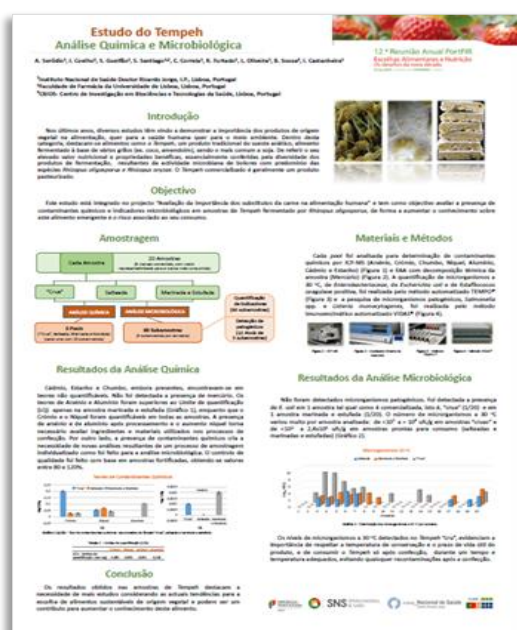
A sessão de abertura da **12.ª Reunião Anual PortFIR** foi presidida pelo Dr. Fernando de Almeida, Presidente do Conselho Diretivo do INSA, e contou com a presença da Doutora Maria João Gregório, Diretora do Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável (PNPAS), em representação da Direção-Geral da Saúde (DGS), e da Doutora Isabel Castanheira, Coordenadora do DAN.

Perfeitamente alinhado com os objetivos gerais da atual Estratégia Integrada para a Promoção da Alimentação Saudável (EIPAS), durante o evento foram realizadas várias apresentações e um debate que geraram muito interesse e que proporcionaram excelentes momentos de reflexão e discussão entre os participantes.

Na Reunião foram apresentadas 14 comunicações científicas sob a forma de painel e estiveram presentes cerca de 160 participantes, demonstrando mais uma vez um grande interesse e adesão a esta iniciativa do INSA.

A sessão de encerramento da **12.<sup>a</sup> Reunião Anual PortFIR** contou com a presença da Secretária de Estado da Saúde, Doutora Raquel Duarte, que no momento anterior ao discurso de encerramento procedeu à entrega do prémio ao melhor poster, intitulado "*Estudo do Tempeh – Análise Química e Microbiológica*", da autoria de: A. Serôdio<sup>1</sup>, I. Coelho<sup>1</sup>, S. Gueifão<sup>1</sup>, S. Santiago<sup>1,2</sup>, C. Correia<sup>1</sup>, R. Furtado<sup>1</sup>, L. Oliveira<sup>1</sup>, B. Sousa<sup>3</sup>, I. Castanheira<sup>1</sup>. O trabalho foi selecionado pelo Júri PortFIR, composto por: Elsa Vasco (INSA); Helena Barroso (IUEM); Miguel Mourato (ISA); Carlos Cardoso (IPMA); e Pedro Moreira (FCNAUP). O prémio atribuído a Ana Serôdio, representante da equipa científica vencedora e primeira autora do trabalho, foi gentilmente oferecido pela Associação Portuguesa de Nutrição (APN).

<sup>1</sup>Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge, I.P., Lisboa; <sup>2</sup>Faculdade de Farmácia da Universidade de Lisboa, Lisboa; <sup>3</sup>CBIOS- Centro de Investigação em Biociências e Tecnologias da Saúde, Lisboa.



Melhor poster da **12.<sup>a</sup> Reunião Anual PortFIR** e registo da entrega do prémio.

(Raquel Duarte - Secretária de Estado da Saúde; Fernando de Almeida - Presidente do INSA; Isabel Castanheira - Coordenadora do DAN; e Ana Serôdio - em representação da equipa científica vencedora)

## Comunicações orais e Debate

Durante a **12.ª Reunião Anual PortFIR** existiram duas sessões de apresentações, uma das quais integrando os trabalhos seleccionados pelo Júri PortFIR, intercaladas com um debate sobre a produção e consumo sustentável, a alimentação saudável, a nutrição, a envolvente às escolhas alimentares e a saúde, numa discussão e reflexão prospetiva sobre os desafios para a próxima década.

Divulgamos, em seguida, os documentos devidamente autorizados pelos respetivos autores, sendo que relativamente aos assuntos abordados no debate, não existem conteúdos para partilhar, uma vez que o mesmo assentou numa conversa/discussão informal sobre os temas definidos, sem que os palestrantes tivessem recorrido a suportes digitais.

### Sessão da manhã

Moderador: Pedro Moreira (FCNAUP)

#### Apresentações

Da hegemonia da dietética ao triunfo do "bom gosto": a arte médica e a arte de cozinha (séculos XVI- XVIII)

Inês de Ornellas e Castro (IELT-FCSH-UNL)

Alimentação, Nutrição e Saúde: desafios à entrada para o 3º Milénio

José Camolas (CHULN)

Documento - [Google Drive](#)

Políticas e programas nacionais e internacionais de alimentação saudável

Maria João Gregório (PNPAS-DGS)

Documento - [Google Drive](#)

#### Debate – Produção e consumo sustentável | Alimentação saudável | Envolvente às escolhas alimentares

Painel de convidados: Elisabete Pinto (ESB-UCP); Helena Real (APN); Isabel Castanheira (INSA); Maria João Gregório (PNPAS-DGS); Pedro Queiroz (FIPA); Ricardo Alves (ENSP-UNL); Rui Rosa Dias (IPAM Porto)

## Sessão da tarde

Moderadora: Paula Bico (DGAV)

### Apresentações

Tabela da Composição de Alimentos e o acesso à informação

**Luísa Oliveira** (INSA)

Documento - [Google Drive](#) | *Repositório Científico do INSA*

Dados da indústria e bases de dados da composição de alimentos

**Susanne Westenbrink** (RIVM) e **Wieke Vossen-Wijmenga** (cVPZ - RIVM)

Documento - [Google Drive](#)

Chips de batata-doce (*Ipomoea batatas L.*). Efeito da secagem a diferentes temperaturas no conteúdo fitoquímico do produto (*Trabalho selecionado pelo Júri PortFIR*)

**Isa Raposo** (FCT-UNL)

Documento - [Google Drive](#)

Enchidos com teor reduzido em sal: o desafio de inovar valorizando a tradição (*Trabalho selecionado pelo Júri PortFIR*)

**Marta Laranjo** (ICAAM-UE)

Documento - [Google Drive](#)

## Resumos e Posters submetidos

---

Foram submetidos 14 resumos à **12.ª Reunião Anual PortFIR**, tendo sido todos aceites pelo Júri PortFIR para apresentação no evento.

A importância da segurança alimentar para a Saúde Pública - Um caso de listeriose invasiva

Carolina Torres, Anunciação Silva, Eugénio Cordeiro, Eduardo Duarte

Resumo - [Google Drive](#)

Eumelanina de origem bacteriana produzida em queijos portugueses

R. Ferraz, R. Pacheco, M. C. Pintado, M. L. Serralheiro

Resumo - [Acta Portuguesa da Nutrição](#) | [Google Drive](#)

Caracterização do perfil de ácidos gordos de alimentos consumidos pela população portuguesa

Leonor Gomes; Tânia Fontes; Fernanda Vilarinho; Nelson Tavares; Mariana Santos; Isabel Castanheira

Resumo - [Acta Portuguesa da Nutrição](#) | *Repositório Científico do INSA*

Teor de fibra alimentar num grupo de alimentos representativos da alimentação mediterrânica

Rui Vaz; Filipa Matias; Ana Cristina Bento; Nelson Tavares; Mariana Santos; Isabel Castanheira

Resumo - [Acta Portuguesa da Nutrição](#) | *Repositório Científico do INSA*

Protocolo para redução de sal no pão: Que alterações no consumo esperar?

Santos, J; Braz, P; Costa, L; Costa A.: Brazão, R; Santos M; Almeida T

Resumo - [Acta Portuguesa da Nutrição](#) | *Repositório Científico do INSA*

Avaliação da perceção do consumidor sobre a preparação e o consumo de alimentos pré-fritos

Marcela Bertulani, Mafalda Alexandra Silva, Nelson Tavares, Tânia Gonçalves Albuquerque

Resumo - [Acta Portuguesa da Nutrição](#) | *Repositório Científico do INSA*

Chips de batata-doce (*Ipomoea batatas L.*). Efeito da secagem a diferentes temperaturas no conteúdo fitoquímico do produto

I. Raposo; M. Abreu; A.C. Ramos; N. Alvarenga; F. Pessoa; E. M. Gonçalves

Resumo - [Acta Portuguesa da Nutrição](#) | [Google Drive](#)

## Contaminantes e escolhas alimentares

André M.P.T. Pereira, Sofia Duarte, Liliana J.G. Silva, Celeste Lino, Angelina Pena

Resumo - [Acta Portuguesa da Nutrição](#) | [Google Drive](#)

## Segurança Alimentar do Tempeh – Análise Química e Microbiológica

A. Serôdio, I. Coelho, S. Gueifão, S. Santiago, C. Correia, R. Furtado, L. Oliveira, B. Sousa, I. Castanheira

Resumo / Poster Vencedor - [Acta Portuguesa da Nutrição](#) | *Repositório Científico do INSA*

## Biofortificação de pão com casca de ovo: um contributo para a otimização do aporte de cálcio da população

Júlia Helena Schuh, João PM Lima, Angélica Weber Menzel

Resumo - [Acta Portuguesa da Nutrição](#) | [Google Drive](#)

## Serão os subprodutos do melão potenciais ingredientes alimentares?

M. A. Silva, T. G. Albuquerque, R. C. Alves, M. B. P.P. Oliveira, H. S. Costa

Resumo - [Acta Portuguesa da Nutrição](#) | *Repositório Científico do INSA*

## Enchidos com teor reduzido em sal: o desafio de inovar valorizando a tradição

Marta Laranjo, Maria Eduarda Potes, Ana Cristina Agulheiro-Santos, Miguel Elias

Resumo - [Acta Portuguesa da Nutrição](#) | [Google Drive](#)

## Exposição precoce a contaminantes alimentares e avaliação de risco-benefício de alimentos: dois desafios da nova década

Alvito P, Duarte EL, Ferreira M, Nunes C, Pires SM, Martins C, Assunção R

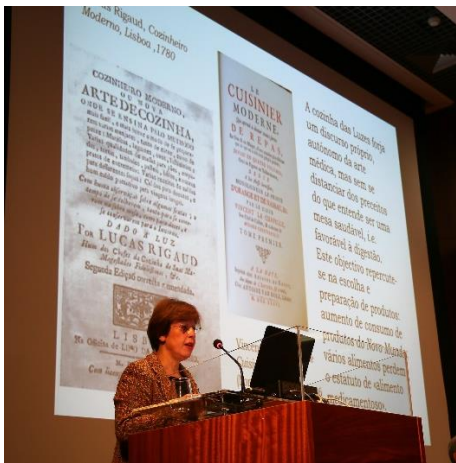
Resumo - [Acta Portuguesa da Nutrição](#) | *Repositório Científico do INSA*

## Avaliação quantitativa do teor de sal em refeições servidas em unidades de alimentação e nutrição

Daniela Almeida Santos, Ada Rocha, João PM Lima

Resumo - [Acta Portuguesa da Nutrição](#) | [Google Drive](#)





## Inquérito de Avaliação do Grau de Satisfação

A **12.<sup>a</sup> Reunião Anual PortFIR** contou com a presença de 160 participantes, conforme indicado anteriormente, dos quais responderam ao questionário de avaliação do grau de satisfação cerca de 60% (90 respondentes). As três principais áreas de atividade profissional indicadas pelos respondentes foram: **“Investigação/estudo”** (35,6%), logo seguida por **“Clínica/Nutrição/Dietética”** (31,1%) e **“Consultoria e Serviços/Produtos”**(13,3%).

Considerando estes mesmos respondentes, 25,6% pertencem às Redes PortFIR, distribuídos da seguinte forma:

Rede Portuguesa Sobre Composição de Alimentos (RPCA) – 10,0%

Rede Portuguesa Sobre Informação Microbiológica de Alimentos (RPIMA) – 7,8%

Rede Portuguesa Sobre Contaminação Química de Alimentos (RPCQA) – 7,8%

Relativamente aos principais aspetos da **Organização da 12.<sup>a</sup> Reunião Anual PortFIR**, os resultados da avaliação do grau de satisfação foram os seguintes:

**Modo como teve conhecimento do evento:** 62,2% - Muito satisfeitos; 34,4% - Satisfeitos; e 3,3% - Pouco satisfeitos

**Data do evento:** 51,1% - Muito satisfeitos; 47,8% - Satisfeitos; e 1,1% - Pouco satisfeitos

**Acesso ao INFARMED:** 41,1% - Muito satisfeitos; 50,0% - Satisfeitos; e 8,9% - Pouco satisfeitos

**Condições da sala:** 73,3% - Muito satisfeitos; e 26,7% - Satisfeitos

**Duração do evento:** 64,4% - Muito satisfeitos; 32,2% - Satisfeitos; 2,2% - Pouco satisfeitos; e 1,1% - Insatisfeitos

**Patrocínios:** 61,1% - Muito satisfeitos; 35,6% - Satisfeitos; e 3,3% - Pouco satisfeitos

A apreciação global dos respondentes quanto à **Organização do evento** foi a seguinte:

**Organização do evento:** 68.9%- Muito satisfeitos; e 31.1% - Satisfeitos

No que se refere à avaliação ao **Conteúdo científico** da **12.<sup>a</sup> Reunião Anual PortFIR**, os principais resultados foram os seguintes:

**Escolha do Tema:** 68.9% - Muito satisfeitos; e 31.1% - Satisfeitos

**Apresentações:** 56,7% - Muito satisfeitos; 42,2% - Satisfeitos; e 1,1% - Pouco satisfeitos

**Debates:** 38,9% - Muito satisfeitos; 58,9% - Satisfeitos; e 2,2% - Pouco satisfeitos;

**Oradores:** 60,0% - Muito satisfeitos; e 40,0% - Satisfeitos

**Moderadores:** 55,6% - Muito satisfeitos; e 44,4% - Satisfeitos;

**Interesse nos assuntos abordados:** 62,2% - Muito satisfeitos; e 37,8% - Satisfeitos;

**Mais-valia a nível profissional:** 46,7% - Muito satisfeitos; e 52,2% - Satisfeitos;

**Resposta às dúvidas colocadas:** 44,4% - Muito satisfeitos; e 55,6% - Satisfeitos;

**Divulgação do PortFIR:** 41,1% - Muito satisfeitos; 54,4% - Satisfeitos; 3,3% - Pouco satisfeitos; e 1,1% - Insatisfeitos

**Conteúdo científico dos posters:** 43,3% - Muito satisfeitos; 53,3% - Satisfeitos; e 3,3% - Pouco satisfeitos;

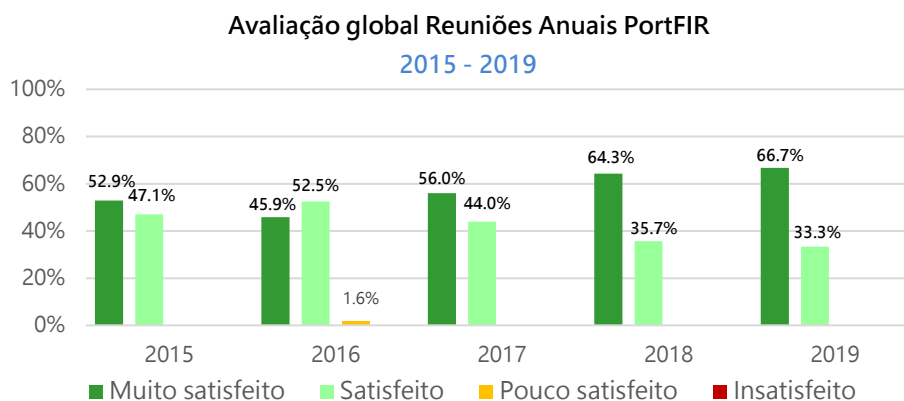
A apreciação global dos respondentes ao **Conteúdo científico da Reunião Anual** foi a seguinte:

**Conteúdo científico do evento:** 54,4% - Muito satisfeitos; 44,4% - Satisfeitos; e 1,1% - Pouco satisfeitos;

O grau de **satisfação global** dos respondentes **em relação à 12.<sup>a</sup> Reunião Anual PortFIR** foi o seguinte:

**Avaliação global da Reunião:** 66,7% - Muito satisfeitos; e 33,3% - Satisfeitos;

Estes resultados traduzem novamente um aumento dos respondentes *“Muito satisfeitos”* (+2,4%) no que se refere à **satisfação global** com esta iniciativa, face à Reunião Anual PortFIR anterior.



Satisfação global dos respondentes relativamente às Reuniões Anuais PortFIR, entre 2015 e 2019.

A aplicação deste inquérito permite, ainda, recolher opiniões e sugestões relativamente a aspetos organizacionais e de assuntos e temas a serem abordados em futuras Reuniões PortFIR bem como de melhorias a serem implementadas no âmbito do Programa PortFIR e de funcionamento e/ou trabalhos a serem desenvolvidos pelos Grupos de Trabalho PortFIR. Em seguida, apresentam-se alguns dos principais contributos:

- Principais opiniões relativas à **12.ª Reunião Anual PortFIR**:

- i) *“Penso que 1 dia é suficiente. Foi tudo bom.”*
- ii) *“À organização do evento, nada tenho a apontar. ...seria bom que mais resumos fossem selecionados para serem apresentados oralmente; 10-15 minutos serão suficientes para este efeito.”*
- iii) *“É importante cumprir os horários e os oradores devem cumprir o tempo estipulado.”*
- iv) *“Excelente Organização.”*
- v) *“...considerarei a duração das apresentações adequada.”*

- Propostas de temas e de sugestões de melhoria para próximas edições da Reunião Anual PortFIR:

- i) *"Aumentar os dias ou menos temas por dia. Ou duas reuniões anuais em vez de uma."*
- ii) *"Falar sobre impacto dos probióticos ; abordagem sobre desafios da alimentação multicultural."*
- iii) *"Alimentação no primeiro ano de vida e alimentação vegetariana e vegan na criança."*
- iv) *"Tendências do consumo alimentar."*
- v) *"Informação nutricional no Canal Horeca, mais informação para o setor da restauração."*
- vi) *"Nutrição clínica; Novas evidências para a prática clínica."*
- vii) *"Segurança dos alimentos, em termos de contaminação quer microbiológica quer química."*
- viii) *"Alimentação e obesidade infantil, desnutrição"*
- ix) *"Desafio nas famílias: novas teorias da alimentação."*
- x) *"Microbiologia Aplicada."*
- xi) *"Nutrição clínica e desportiva."*

- Sugestões para a continuidade dos trabalhos do PortFIR e/ou ações benéficas a serem implementadas:

- i) *"Divulgação pública sobre regimes alimentares diversos da dieta mediterrânea - prós e contras"*
- ii) *"APP da Tabela de Composição dos Alimentos."*
- iii) *"Mais reuniões com maior divulgação."*
- iv) *"Divulgação da informação da rede PortFIR."*
- v) *"Não há nada a melhorar."*

- vi) *“Que os grupos de trabalhos sejam alargados e que funcionem de forma mais ativa. Depende de todos nós. Mas existem muitos trabalhos académicos que podem contribuir bastante para a rede PortFIR de diversas formas. Melhorar a comunicação que é feita destes assuntos para o público em geral. Aqui parece-me que há um longo caminho a percorrer. Talvez se possa no futuro convidar alguém da comunicação social (por exemplo Revista VISÃO) para participar na Reunião Anual do PortFIR e publicar um dossier.”*
- vii) *“Divulgação dos temas em ambiente escolar e comunitário.”*
- viii) *“Relacionar a plataforma PortFIR ao tema da Economia Circular, no âmbito da alimentação.”*
- ix) *“Ligação com outras instituições para a promoção/divulgação de dados. Grupos de trabalho; Inquéritos”*





# 12.ª REUNIÃO ANUAL PortFIR

## ESCOLHAS ALIMENTARES E NUTRIÇÃO

### OS DESAFIOS DA NOVA DÉCADA

15 outubro 2019  
Auditório INFARMED

## PROGRAMA

Hora	Tema	Palestrante	Entidade
09h00	Receção dos participantes e colocação de posters		
	<b>Sessão de abertura</b>		
09h30	Maria João Gregório – Direção-Geral da Saúde Fernando de Almeida – Presidente do Conselho Diretivo do INSA Isabel Castanheira – Coordenadora do Departamento de Alimentação e Nutrição do INSA		
	<b>Painel da manhã</b> Moderador: Pedro Moreira _FCNAUP		
09h45	Da hegemonia da dietética ao triunfo do "bom gosto": a arte médica e a arte de cozinha (séculos XVI- XVIII)	Inês de Ornellas e Castro	IELT-FCSH-UNL
10h20	Alimentação, Nutrição e Saúde: desafios à entrada para o 3º Milénio	José Camolas	CHULN
10h50	Políticas e programas nacionais e internacionais de alimentação saudável	Maria João Gregório	PNPAS-DGS
11h20	<i>Coffee-break</i>		
11h40	<b>Debate: Produção e Consumo Sustentável   Alimentação Saudável   Envolvente às Escolhas Alimentares</b> Painel de convidados: APN; ENSP-UNL; ESB-UCP; FIPA; INSA; IPAM Porto; PNPAS-DGS		
12h50	<b>Almoço</b> _Degustação de peixe, promovida pelo SUCH e Docapesca Portos e Lotas S.A.		
	<b>Painel da tarde</b> Moderador: Paula Bico _DGAV		
14h30	Tabela da Composição de Alimentos e o acesso à informação	Luísa Oliveira	INSA
15h00	Dados da indústria e bases de dados da composição de alimentos	Susanne Westenbrink & Wieke Vossen-Wijmenga	RIVM & cVPZ - RIVM
15h30	Chips de batata-doce ( <i>Ipomoea batatas L.</i> ). Efeito da secagem a diferentes temperaturas no conteúdo fitoquímico do produto <i>(Trabalho selecionado pelo Júri PortFIR)</i>	Isa Raposo	FCT-UNL
16h00	Enchidos com teor reduzido em sal: o desafio de inovar valorizando a tradição <i>(Trabalho selecionado pelo Júri PortFIR)</i>	Marta Laranjo	ICAAM-UE
16h30	<b>Sessão de encerramento com entrega de prémio ao melhor poster</b> Raquel Duarte – Secretária de Estado da Saúde		