

INTRODUÇÃO

- O excesso do consumo de açúcar simples está associado ao excesso de peso e obesidade, doenças crónicas, como diabetes tipo 2 e ocorrência de cáries dentárias (1-3).
- O Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável estabelece como meta a redução do consumo de açúcar em 10% até 2020 (4).
- Uma das formas mais frequentes de consumo deste tipo de açúcar são as bebidas refrigerantes.
- O conhecimento sobre a frequência e padrões de consumo de refrigerantes na população portuguesa é essencial para planear as intervenções que visam promover a alimentação saudável e para monitorizar as tendências de consumo.
- O presente estudo tem como objetivo estimar a prevalência do consumo de bebidas refrigerantes na população portuguesa com 15 ou mais anos de idade, em 2014 e identificar os seus determinantes sociodemográficos.

MATERIAIS E MÉTODOS

Desenho do Estudo: Foi realizado um estudo epidemiológico transversal com base nos dados do Inquérito Nacional de Saúde 2014 (INS 2014).

População Alvo: indivíduos com 15 ou mais anos da idade residentes em Portugal em domicílios particulares e capazes de seguir uma entrevista em Português.

Amostragem: probabilística multi-etápica, n=18 204.

Trabalho de Campo: Setembro 2014 – Dezembro 2014.

Taxa de resposta: 80,8%

Definições:

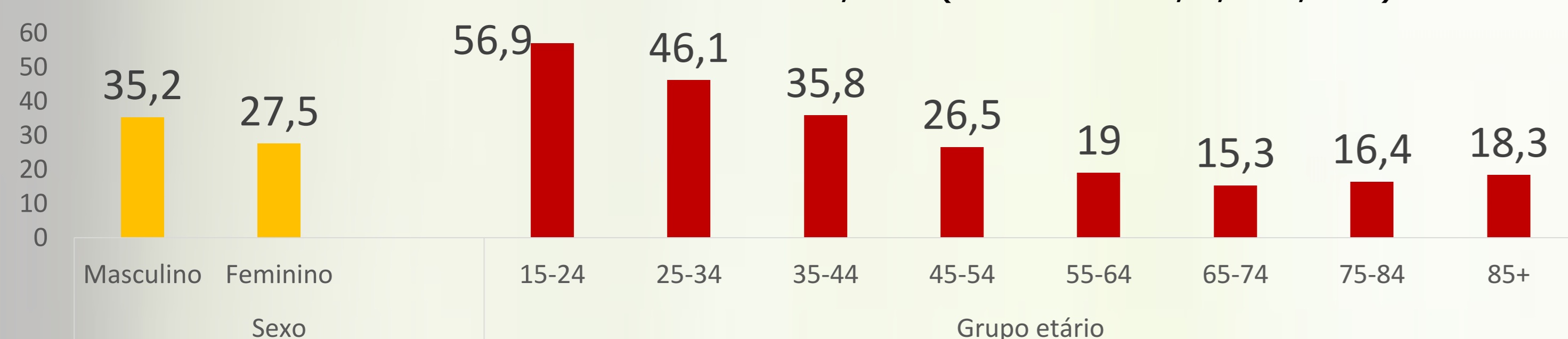
O consumo de refrigerantes foi avaliado com a questão "Nas refeições principais que tomou ontem, consumiu refrigerantes, com ou sem gás? (Sim/Não)".

Análise Estatística: A prevalência do consumo das bebidas refrigerantes nas refeições principais no dia anterior à entrevista foi estimada para o total de população e estratificada por sexo, grupo etário, região, escolaridade, estado civil, situação perante o trabalho, rendimento.

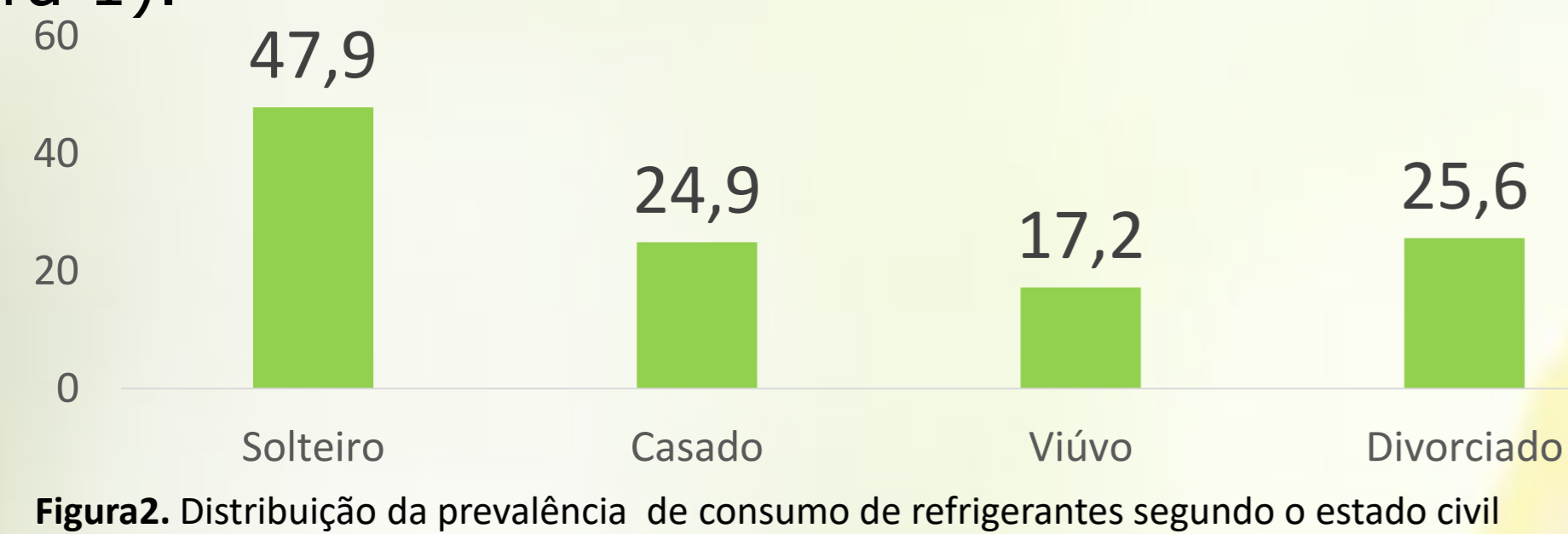
Para identificar os fatores associados ao consumo de refrigerantes foram calculadas as razões de prevalências ajustadas (RP) e os respetivos intervalos de confiança a 95%, utilizando modelo de regressão de Poisson.

RESULTADOS

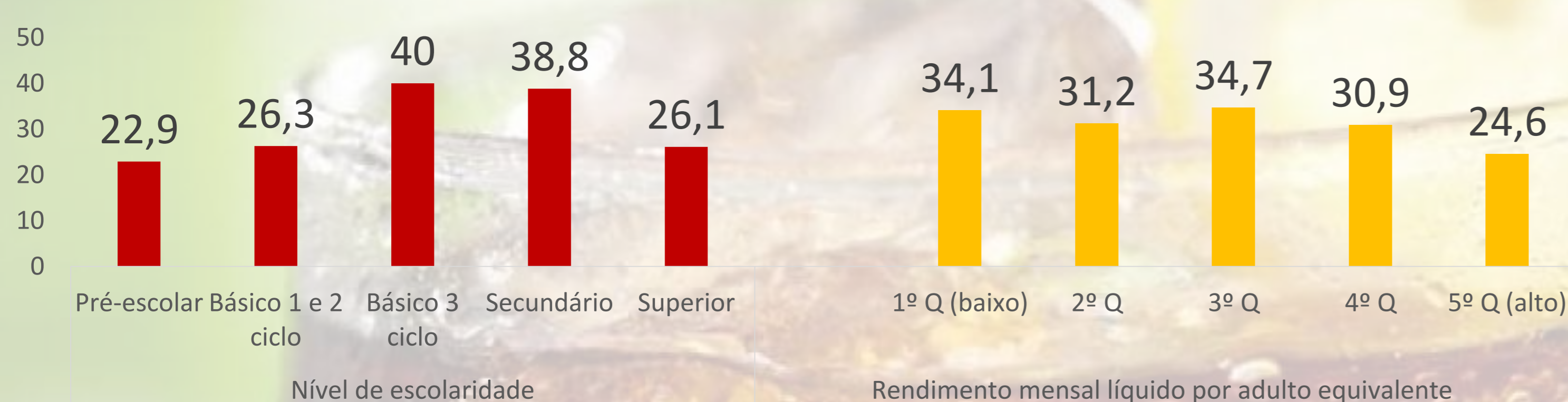
A prevalência do consumo de bebidas refrigerantes na população portuguesa com mais de 15 anos de idade foi de 31,0% (IC95%: 30,0; 32,1%).



O consumo de refrigerantes foi mais frequente nos homens e indivíduos jovens (Figura 1).



A distribuição da prevalência consumo de refrigerantes variou de acordo com o estado civil, sendo mais elevada entre os solteiros e mais baixa entre os viúvos (Figura 2).

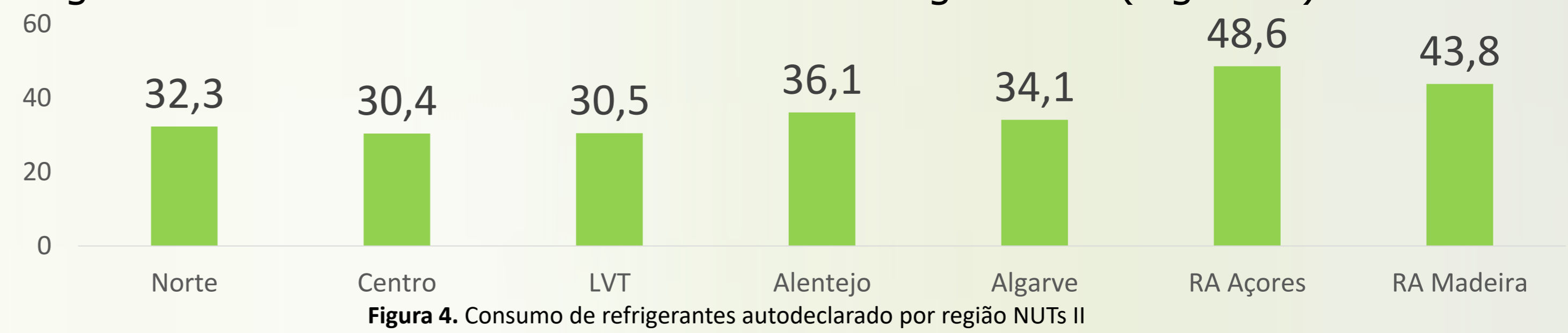


Prevalência de consumo de refrigerantes variou entre 22,9% e 40%, sendo mais baixa entre os indivíduos com educação pré-escolar e mais elevada entre os indivíduos com 3 ciclo do ensino básico (Figura 3).

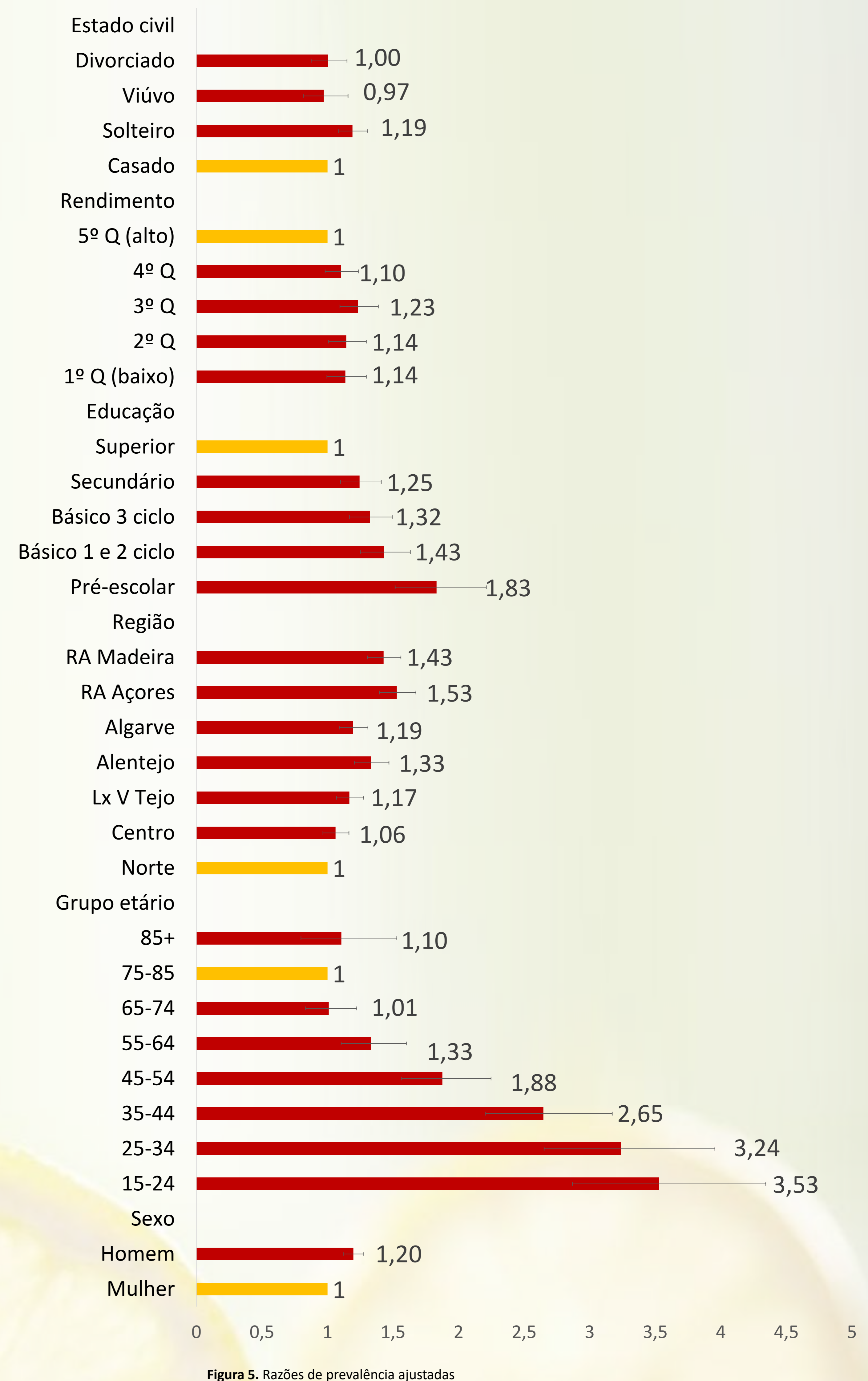
REFERÊNCIAS

- 1 Malik VS, Schulze MB, Hu FB. Intake of sugar-sweetened beverages and weight gain: a systematic review. *Am J Clin Nutr.* 2006;84(2):274-88.
- 2 Hu FB, Malik VS. Sugar-sweetened beverages and risk of obesity and type 2 diabetes: epidemiologic evidence. *Physiol Behav.* 2010;100(1):47-54.

Observaram-se diferenças regionais significativas, sendo a RA dos Açores a região do País com o maior consumo de refrigerantes (Figura 4).



Verificou-se uma associação estatisticamente significativa de consumo de refrigerantes com o sexo, a idade, o estado civil, o nível de educação, rendimento e a região.



O consumo de refrigerantes foi mais frequente nos homens, em participantes com idades jovens, em pessoas solteiras, em pessoas com ensino pré-escolar, ensino básico e secundário e nos escalões de rendimentos médio e médio baixo.

CONCLUSÕES

- A prevalência do consumo de bebidas refrigerantes na população portuguesa com mais de 15 anos de idade foi elevada;
- O conhecimento dos padrões de consumo de refrigerantes na população portuguesa os seus determinantes são importantes para promoção de alimentação saudável.
- Este estudo foi realizado antes de entrada em vigor da taxação das bebidas açucaradas e, conseqüentemente poderá auxiliar a monitorização do impacto das medidas tomadas.

3. Marcenes W, Kassebaum NJ, Bernabé E, et al. Global burden of oral conditions in 1990-2010: a systematic analysis. *J Dent Res.* 2013;92(7):592-7.
4. Direção-Geral da Saúde. Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável 2017. Lisboa: DGS, 2017