Instituto Politécnico
de Castelo Branco

Instituto Politécnico de Castelo Branco

Santos, Márcia Catarina Pedro dos

Avaliação do estado nutricional de indivíduos portadores de deficiência mental da APPACDM de Castelo Branco - Sertã

https://minerva.ipcb.pt/handle/123456789/627

Metadados

Data de Publicação 2013

Resumo Os portadores de deficiência mental podem ser considerados um grupo de risco, em relação a doenças crónicas como a obesidade e a diabetes, pois os portadores de deficiência mental têm maior dificuldade em perceber que as atitudes que têm hoje influenciam a sua vida. Contudo, a avaliação nutricional desta população ainda é pouco estudada, não tendo sido encontrados estudos sobre este tema O presente trabalho teve como objetivo principal avaliar o estado nutricional dos utentes com deficiênc...

Editor IPCB. ESA

Palavras Chave Deficiência mental, Avaliação nutricional, Antropometria, Composição corporal, HACCP, APPACDM

Tipo report

Revisão de Pares Não

Coleções ESACB - Nutrição Humana e Qualidade Alimentar

Esta página foi gerada automaticamente em 2024-04-29T14:12:13Z com informação proveniente do Repositório

Instituto Politécnico
de Castelo Branco
Escola Superior
Agrária

Avaliação do estado nutricional de indivíduos portadores de deficiência mental da APPACDM de Castelo Branco - Sertã

Licenciatura em Nutrição Humana e Qualidade Alimentar

Márcia Catarina Pedro dos Santos

Orientadores
Dina João
João Paulo Carneiro
Tiago Penedo (orientador externo)

Outubro, 2013

Instituto Politécnico
de Castelo Branco
Escola Superior
Agrária

Avaliação do estado nutricional de indivíduos portadores de deficiência mental da APPACDM de Castelo Branco - Sertã

Márcia Catarina Pedro dos Santos

Orientadores:

Dina João

João Paulo Carneiro

Tiago Penedo (orientador externo)

Relatório de estágio apresentado ao Instituto Politécnico de Castelo Branco para cumprimento dos requisitos necessários à obtenção do grau de Licenciatura em Nutrição Humana e Qualidade Alimentar, realizado sob a orientação científica da Professora Dina Raquel João e do Professor João Paulo Carneiro, Docentes da Escola Superior Agrária do Instituto Politécnico de Castelo Branco.

Outubro, 2013

Agradecimentos

Em primeiro lugar quero agradecer aos meus pais que me deram a vida, e que me deram a oportunidade de continuar a estudar, mesmo sabendo que teriam de fazer vários sacrifícios para eu conseguir o meu objetivo. O meu muito obrigado por todo o apoio e carinho que têm por mim. Para mim são os melhores pais do mundo.

À minha irmã, que ajudou os meus pais enquanto eu estive a estudar, e que me apoiou durante este período. E também, embora muitas vezes os nossos feitios choquem, não imagino a minha vida sem ela.

Ao meu namorado, que já entrou na minha vida durante este período, mas que sempre me apoiou e deu força nos momentos mais difíceis, por me fazer rir, por ser como é, e estar sempre disponível para me ajudar.

Ao meu cunhado, por me fazer rir, por fazer a minha irmã feliz e por toda a ajuda que me deu.

A todos os meus amigos, tanto os que fiz em Castelo Branco, como aqueles que tenho na minha terra, Sertã. A de Castelo Branco pelos bons momentos que vivemos juntas, por me terem ajudado a crescer e por me apoiarem nos momentos mais difíceis, em especial a Daniela, que sempre foi um exemplo para mim, pela sua força e garra pela vida. As minhas meninas da Sertã, Marta e Mônica, por desde que me lembro que somos amigas, e para mim, vocês são mais que família. E aos pais delas Aniceto e Albertina, por todos os momentos que passamos juntos. É uma alegria sempre que nós juntamos todos.

Aos meus orientadores internos, a professora Dina Raquel, e ao professor João Paulo Carneiro, e ao meu orientador externo Tiago Penedo, por toda a ajuda, e esclarecimentos prestados, e pelo apoio e preocupação que sempre demostraram. O meu muito obrigado.

À APPACDM da Sertã, por me ter consentido que lá estagiasse, e por todo o apoio que me deram durante os 3 meses de estágio, adorei poder ter o privilégio de poder trabalhar com este tipo de público, pois fizeram-me aprender muitas coisas que até ao momento desconhecia.

A todo o pessoal que trabalha na APPACDM, por me terem recebido de braços abertos e se terem mostrado sempre disponíveis para me ajudarem.

Resumo

Os portadores de deficiência mental podem ser considerados um grupo de risco, em relação a doenças crónicas como a obesidade e a diabetes, pois os portadores de deficiência mental têm maior dificuldade em perceber que as atitudes que têm hoje influenciam a sua vida. Contudo, a avaliação nutricional desta população ainda é pouco estudada, não tendo sido encontrados estudos sobre este tema

O presente trabalho teve como objetivo principal avaliar o estado nutricional dos utentes com deficiência mental da APPACDM Castelo Branco – Sertã.

A avaliação do estado nutricional fez-se através da avaliação antropométrica, onde foi avaliado o IMC e o perímetro da cintura, e da composição corporal (% de massa gorda e % de água corporal, através da bioimpedância).

Para além da avaliação antropométrica realizaram-se outras atividades, tais como a monitorização do plano de HACCP implementado na instituição e a avaliação de ementas.

Foram avaliados 17 indivíduos adultos com deficiência mental dos quais 35,3% são do género feminino com idade média de 38,4±12,5 anos e 64,7% são do género masculino e possuem uma idade média de 34,18±9,4 anos os quais apresentaram um IMC médio de 29,3±9Kg/m^2 (22,21-55,47), ou seja, correspondente a excesso de peso e, logo, indicador, que a grande parte dos indivíduos apresenta excesso de peso.

Em relação ao perímetro da cintura a maioria da população apresentou risco elevado ou muito elevado, sendo que todas as mulheres estudadas apresentaram risco muito elevado.

Os resultados da bioimpedância, mostram que a maioria dos indivíduos do estudo tem uma percentagem de massa gorda elevada ou considerada obesidade. Em relação à percentagem de água no organismo, os indivíduos do estudo apresentaram uma percentagem de água corporal equilibrada.

Considerando todos os resultados recolhidos, pode-se afirmar que a amostra em estudo apresentou maioritariamente um quadro de sobrepeso e com risco de complicações metabólicas, o que demonstra a necessidade de intervenção de um profissional de nutrição na promoção da saúde e na prevenção da doença

O plano de HACCP é cumprido de acordo com o estabelecido, existindo, contudo, algumas falhas, nomeadamente em relação os pré-requisitos.

Em relação a avaliação de ementas verifica-se que, aos almoços, os valores estão mais afastados do recomendado. Dos componentes avaliados, as proteínas são dos macronutrientes em que os valores estão mais longe do valor desejável.

Palavras-chave: Deficiência mental, Avaliação nutricional, Antropometria, Composição corporal, HACCP, APPACDM

Abstract

The mentally handicapped can be considered a risk group, in relation to chronic diseases like obesity and diabetes, because the people with mental disabilities have greater difficulty in realizing that attitudes that have today influence your life. However, the nutritional assessment of this population is still little studied, having been found studies about this topic

The present work had as main objective to assess the nutritional status of clients with mental disabilities from APPACDM Castelo Branco-Sertã.

The assessment of nutritional status has been made through the anthropometric assessment, where it was evaluated the BMI and waist circumference, and body composition (% of fat mass and percentage of body water, through bioimpedance).

In addition to the anthropometric assessment conducted other activities, such as monitoring of the HACCP plan implemented in the institution and the evaluation of menus.

17 individuals were evaluated adults with mental disabilities of which 35.3% are female with average age of 38.4 ± 12.5 years and 64.7% are males and have an average age of 34.18 ± 9.4 years which showed an average BMI of 29.3 ± 9 kg/m2 (22.21 -55.47), i.e. corresponding to overweight and, soon, bookmark, which the vast majority of individuals presents overweight.

In relation to the perimeter of waist most of the population presented high risk or very high, being that all women studied showed very high risk.

The results of bioimpedance, show that the majority of individuals in the study has a high body fat percentage or considered obesity. In relation to the percentage of water in the body, the study subjects presented a percentage of body water balance.

Considering all the results obtained, it can be affirmed that the sample under study presented a table of mostly overweight and at risk of Metabolic complications, which demonstrates the need for intervention of a professional nutrition in health promotion and prevention of disease

The HACCP plan is fulfilled in accordance with the established, existing, however, some gaps, particularly regarding prerequisites.

Regarding the evaluation of menus that, the lunches, the values are further recommended. The components evaluated, proteins are the macronutrients in which the values are further away from the desirable value.

Keywords: Mental Deficiency, nutritional Assessment, Anthropometry, body composition, HACCP, APPACDM.

Indice geral

Agradecimentos iii
Resumo v
Abstract vii
Indice geral ix
Índice de figuras xiii
Lista de tabelas xv
Lista de abreviaturas, siglas e acrónimos xvii
1. Introdução e objetivos 1
2. Metodologia 3
2.1. Caracterização da Instituição 3
2.2. Caracterização da amostra 3
2.2.1. Parâmetros avaliados 4
2.2.2. Avaliação do estado nutricional 4
2.2.2.1. Peso 4
2.2.2.2. Estatura 4
2.2.3. Perímetro da cintura 5
2.2.4. Composição corporal 6
3. Resultados 7
3.1. Amostra 7
3.2. IMC 7
3.3. Perímetro da cintura 7
3.4. Bioempedância 8
3.4.1. Massa gorda 8
3.4.2. Percentagem de água corporal 8
4. Discussão dos resultados 10
5. Outras atividades desenvolvidas 12
5.1. Avaliação de ementas 12
5.2. Sistema de segurança alimentar HACCP 16
5.2.1. Acompanhamento do sistema HACCP implementado na APPACDM da Sertã 17
5.2.2. Análise dos Pontos Críticos de Controlo 17
5.2.2.1. Receção das matérias-primas –PCC1 17
5.2.2.2. Armazenamento de matérias-primas – PCC2 18
5.2.2.3. Preparação de matérias-primas –PCC3 18
5.2.2.4. Confeção a quente – PCC4/5 19
5.2.2.4.1. Confeção 19
5.2.2.4.2. Quantificação de compostos polares nos óleos alimentares 20
5.2.2.5. Manutenção a Quente –PCC6 20
5.2.3. Resultados 20
5.2.3.1. Receção das matérias-primas – PCC1 20

5.2.3.2. Armazenamento – PCC2 21
5.2.3.3. Preparação de matérias-primas –PCC3 21
5.2.3.4. Confeção-PCC4/PCC5 21
5.2.3.4.1. Confeção 21
5.2.3.4.2. Quantificação de compostos polares nos óleos alimentares 24
5.2.3.5. Manutenção do quente –PCC6 25
6. Conclusão 28
7. Bibliografia 29
Anexos 32

Índice de figuras

Figura 1 - Plano de *Frankfurt* 5
Figura 2 - Percentagem, por sexo, de utentes para a classificação do IMC 7
Figura 3 - Percentagem de utentes, para classificação de risco de complicações metabólicas e cardiovasculares 8
Figura 4 - Distribuição dos utentes por classificação com base na percentagem de massa gorda 8
Figura 5 -Distribuição dos utentes por classificação com base na percentagem de água corporal 9
Figura 6 - Temperaturas observadas na confeção das sopas 22
Figura 7 - Temperaturas observadas nas refeições de carne confecionadas para o almoço 23
Figura 8 - Temperaturas observadas nas refeições de peixe confecionadas para o almoço 23
Figura 9 - Temperaturas observadas nas refeições de peixe confecionadas para o jantar 23
Figura 10 - Temperatura observadas nas refeições de carne confecionadas para o jantar 24
Figura 11 – Temperaturas do óleo quando analisado com o Kit de análise do óleo 25
Figura 12 - Temperaturas observadas na sopa antes de servir 25
Figura 13 - Temperatura observadas nas refeições de carne ao almoço antes de servir 26
Figura 14 - Temperatura observadas nas refeições de peixe ao almoço antes de servir 26
Figura 15 - Temperatura observadas nas refeições de peixe ao jantar antes de servir 26
Figura 16 **-**Temperatura observadas nas refeições de carne ao jantar antes de servir 27

Lista de tabelas

Tabela 1 - Perímetro da cintura e risco de complicações metabólicas 5
Tabela 2 - Classificação dos valores de percentagem de massa gorda 6
Tabela 3 - Valores médios de % de água corporal, para adultos saudáveis 6
Tabela 4 – Quantidade de macronutrientes para uma dieta de 2000kcal 13
Tabela 5 - Distribuição do VET pelas diferentes refeições do dia 13
Tabela 6 - Contribuição recomendável de cada macronutriente para o almoço e jantar 14
Tabela 7 – Valores dos macronutrientes dos almoços da dieta Normal 14
Tabela 8 - Valores dos macronutrientes dos almoços da dieta hipocalórica/lipídica 14
Tabela 9 – Valores dos macronutrientes dos Jantares da dieta Normal 15
Tabela10-Valores dos macronutrientes dos jantares da dieta hipocalórica/lipídica 15

Lista de abreviaturas, siglas e acrónimos

APPACDM – Associação Portuguesa de Pais e Amigos do Cidadão Deficiente Mental
VDR - Valor Diário de Referência
VET- Valor energético total
SPARE – Sistema de Planeamento e Avaliação das Refeições Escolares
OMS – Organização Mundial de Saúde