

SELEÇÃO MESTRADO EM NUTRIÇÃO E SAÚDE/ EDITAL01/ 2019

CHAVES DE RESPOSTAS E GABARITO - PROVA DE CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

Linha 2 – Diagnóstico e Intervenção em Nutrição e Saúde

QUESTÕES DISCURSIVAS

1) “Vários aspectos do conhecimento no campo da Dietética Nutricional foram produzidos a partir da década de 1950, utilizando-se da tecnologia laboratorial disponível e que vem sendo sistematicamente aperfeiçoada.” (ASSIS; BARRETO, 2012).

Comente sobre o avanço do conhecimento na área de nutrição e a importância da epidemiologia nutricional para resolução dos principais problemas de saúde de populações.

CHAVE DE RESPOSTA

- Com a tecnologia laboratorial foram elucidados os mecanismos envolvidos no efeito do déficit de diferentes vitaminas e minerais, porém a partir da utilização de técnicas e métodos da epidemiologia em geral, além de conhecimentos específicos de outras áreas, que foi possível explicar a ocorrência e os determinantes desses velhos e novos eventos relacionados à nutrição, à dieta e à saúde das populações.

- No Brasil, foram implementadas ações para tratamento e prevenção das doenças carenciais, porém ainda há muitas lacunas no conhecimento, tratamento e prevenção das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT). As técnicas laboratoriais são insuficientes para encontrar soluções para velhas e novas doenças relacionadas à dieta, bem como ainda há muitas lacunas no estudo entre ainda alimentação, ambiente e doenças em geral.

- Há evidências da relação entre dieta e doenças cardiovasculares, porém ainda não há pleno conhecimento nessa área. Ainda são necessários esforços para elucidação de muitas relações causais envolvendo nutrientes, alimentos e padrões alimentares.

- Já há algumas evidências entre dieta e alguns tipos de câncer, mas ainda são necessários estudos longitudinais que mostrem essa relação em diferentes contextos.

- Maior parte do conhecimento é produzido no hemisfério norte e por isso ainda são necessários estudos que levem em consideração a realidade dos países de renda média, como é o caso do Brasil.

- Há forte evidência que há necessidade de mudança do atual padrão alimentar, de aumento do consumo de frutas e hortaliças e redução de alimentos industrializados.

- Ainda que utilizando diferentes técnicas e metodologias de estudo, o conhecimento na área de nutrição e, especificamente em relação à dieta, ainda é pequeno tendo em vista a complexidade do processo saúde doença.

2) Considerando o artigo intitulado “Dietary carbohydrate intake and mortality: a prospective cohort study and meta-analysis” publicado no The Lancet em agosto de 2018, descreva:

a) Achados da associação entre a ingestão de carboidratos e mortalidade

b) Qual impacto na qualidade da dieta do indivíduo ao se consumir dietas restritivas em carboidratos e de que forma isto se associa com o risco de mortalidade?

CHAVE DE RESPOSTA

a)- Após o ajuste multivariado, houve uma associação entre a porcentagem de energia consumida de carboidratos (média de 48,9%, DP 9,4) e mortalidade

- Porcentagem de 50 a 55% de energia dos carboidratos foi associada ao menor risco de mortalidade.

- Na meta-análise de todas as coortes (432 179 participantes), tanto o baixo consumo de carboidratos (<40%) como o alto consumo (> 70%) resultou em maior risco de mortalidade do que a ingestão moderada, refletindo em uma relação não linear, do tipo curva U-shape

b)- Dietas com baixa ingestão de CHO baseadas em alimentos vegetais (plant-based) foram associadas com alto consumo de vegetais mas baixo em frutas, alto consumo de PUFA e baixo em gorduras saturadas. Por outro lado, dietas com baixa ingestão de CHO baseadas em alimentos animais (animal-based) foram associadas com baixa ingestão de frutas e vegetais e maior consumo de gordura saturada.

- Em comparação com dietas ricas em CHO, dietas com baixa ingestão de CHO baseadas em alimentos animais (animal-based) apresentaram maiores porções diárias de carne bovina, suína e cordeiro como pratos principais; As dietas com baixa ingestão de CHO baseadas em alimentos vegetais (plant-based) apresentaram maiores porções diárias de sementes, nozes, manteiga de amendoim, pão preto ou de grãos, chocolate e pão branco.

- Aumento no consumo de dietas com proteína animal e gordura ao invés de CHO estava associado com aumento significativo da mortalidade por todas as causas. Por outro lado, aumento no consumo de dietas com proteína vegetal e gordura ao invés de CHO estava associado com redução significativa da mortalidade por todas as causas.

3) No artigo “NOW AND THEN: The Global Nutrition Transition: The Pandemic of Obesity in Developing Countries” são abordadas questões sobre as mudanças globais que ocorreram na dieta da população. Discorra sobre essas mudanças considerando os seguintes temas:

A) Revolução dos óleos comestíveis.

B) Adoçantes calóricos.

C) Aumento da ingestão de alimentos de origem animal.

D) Redução da ingestão de legumes, grãos inteiros e outros vegetais

CHAVE DE RESPOSTA

A) Revolução dos óleos comestíveis.

- As gorduras melhoram o sabor dos alimentos. Sugere-se que a seleção de alimentos ricos em gordura é determinada principalmente por mecanismos cerebrais.

- Nas décadas de 50 e 60 foram desenvolvidas tecnologias para remover os óleos das sementes oleaginosas. Técnicas para aumentar o teor de óleo dessas sementes e para remover ácidos graxos específicos também foram desenvolvidas para melhorar a qualidade desses óleos.

- Ao mesmo tempo observou-se um grande aumento na disponibilidade de óleos vegetais baratos em países mais ricos, fato que também foi observado em países em desenvolvimento até 2010.

- Entre 1985 e 2010 a ingestão individual de óleos vegetais aumentou três a seis vezes, dependendo da subpopulação estudada.

B) Adoçantes calóricos.

- A dieta global é muito mais doce atualmente. Por exemplo, 75% dos alimentos e bebidas comprados nos EUA contêm açúcar adicionado.

- No passado, neste mesmo país, o maior consumo de açúcar adicionado era proveniente da ingestão de alimentos. Atualmente, o maior consumo ocorre devido à ingestão de bebidas.

- Embora os dados de ingestão de açúcar não estejam disponíveis para a maioria dos países em desenvolvimento, sugere-se que essa é uma grande preocupação em todas as regiões do mundo.

C) Aumento da ingestão de alimentos de origem animal.

- Dados recentes mostram uma revolução pecuária no mundo em desenvolvimento, sendo observado um aumento na produção de carne bovina, suína, laticínios, ovos e aves em países de baixa e média renda.

- O aumento no consumo de alimentos de origem animal pode ter efeitos positivos e adversos na saúde. Por um lado, algumas gramas extras de alimentos de origem animal podem melhorar significativamente o perfil de micronutrientes dos alimentos consumidos pelos indivíduos mais pobres.

- Por outro lado, o consumo excessivo de alimentos de origem animal está associado à ingestão de gordura saturada e aumento da mortalidade.

D) Redução da ingestão de leguminosas, grãos íntegros e outros vegetais.

- O consumo de leguminosas, grãos íntegros e outros vegetais têm reduzido em várias partes do mundo.

- Isso ocorre, em parte, devido à tendência de aumento no consumo de alimentos de origem animal, alimentos adoçados e de óleos.

- A maioria dessas mudanças é proposital e se relaciona a política agrícola e de preço em todo o mundo.

QUESTÕES DE MÚLTIPLA ESCOLHA:

- 1) B
- 2) D
- 3) C
- 4) D
- 5) A
- 6) D
- 7) C
- 8) D
- 9) A
- 10) C