Modalidade do trabalho: Relatório técnico-científico
Evento: XXIV Seminário de Iniciação Científica

CONSUMO DE LEITE POR INDIVÍDUOS ADULTOS E IDOSOS DE UM MUNICÍPIO DA REGIÃO NOROESTE DO ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL[1]

Débora Adriana Knoll Wagner[2], Maria Cristina Roppa Garcia[3], Franciéli Aline Conte[4], Angélica Rieth Samrsla[5], Venati Stuczynski[6], Lígia Beatriz Bento Franz[7].

[1] Pesquisa de Iniciação Científica desenvolvida no Departamento de Ciências da Vida, UNIJUÍ, pertencente ao Grupo de Pesquisa em Atenção à Saúde, Linha de Pesquisa Promoção, Prevenção e Intervenção em Saúde.
[2] Aluna do curso de Graduação em Nutrição - UNIJUI, bolsista PROBIC/FAPERGS, deboraknoll@yahoo.com.br
[3] Aluna do curso de Graduação em Nutrição da UNIJUÍ, bolsista PROBIC/FAPERGS, cristina.roppa@gmail.com
[4] Nutricionista, mestranda do Programa de Pós Graduação Stricto Sensu em Atenção Integral à Saúde pela UNIJUÍ, bolsista PROSUP/CAPES, francieliconte@yahoo.com.br
[5] Aluna do curso de Graduação em Nutrição da UNIJUÍ, voluntária, angelica_rieth@live.com
[6] Aluna do curso de Graduação em Nutrição da UNIJUÍ, bolsista PIBIC/UNIJUI, vena.stuczinski@hotmail.com.br
[7] Professora orientadora, Doutora em Saúde Pública, Curso de Nutrição da UNIJUÍ, Docente do Programa de Pós-Graduação em Atenção Integral à Saúde-PPGAIS, UNICRUZ/UNIJUÍ, ligiafra@unijui.edu.br

INTRODUÇÃO

O leite e os derivados do leite constituem um grupo de alimentos de grande valor nutricional. São fontes consideráveis de nutrientes importantes como proteínas de alto valor biológico, gorduras, carboidratos, além de ser uma fonte importante de vitaminas e minerais como, por exemplo, a vitamina A e o cálcio, principal fonte do mesmo na alimentação humana. Este mineral tem importantes funções no organismo, pois contribui para a formação do tecido ósseo, promove o crescimento, regula o sistema nervoso e aumenta a resistência a infecções, sendo assim essencial para a manutenção da saúde (MUNIZ, et al, 2013; TOMBINI, et al, 2012; BRASIL 2014).

No Brasil, o leite de vaca é consumido frequentemente na primeira refeição do dia, puro, com frutas ou com café, mas também utilizado como ingrediente de diversas preparações culinárias doces ou salgado (BRASIL, 2014). Quando na forma integral, o leite e seus derivados, além de nutrientes importantes para a manutenção da saúde também são ricos em gorduras, em particular gorduras não saudáveis, as gorduras saturadas. Para adultos e idosos, é indicado em alguns casos o consumo de leite desnatado ou semidesnatado devido ao reduzido teor de gorduras, para evitar o desenvolvimento e agravamento de doenças como as dislipidemias, pois já é comprovado que a alimentação pode ser fator desencadeante destas doenças (TOMBINI et al, 2012; BRASIL, 2014).

Este trabalho tem como objetivo verificar o consumo de leite por indivíduos adultos e idosos de um município da região noroeste do estado do rio grande do sul

METODOLOGIA

Este trabalho está inserido dentro de uma pesquisa epidemiológica do tipo transversal, interinstitucional, em adultos e idosos, de ambos os sexos, residentes na área urbana, intitulada "Estudo da Prevalência e Fatores de Risco da Litíase do Trato Urinário na População da Zona Urbana do Município de Ijuí" do estado do Rio Grande do Sul. O processo de amostragem para

selecionar a população de estudo da pesquisa institucional utilizou como referência domicílio da população por bairros referenciados pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, onde são coletados os dados. Entrevistados respondem questionário sobre condições gerais de saúde, e passam por coleta de dados antropométricos, níveis pressóricos, frequência cardíaca, glicemia capilar e hematúria. Dados que estão sendo coletados são plotados na planilha Excel, formando o banco de dados, após transposto para o software SPSS, versão 18.0, para as devidas análises estatísticas, no caso do presente trabalho análise descritivas.

A pesquisa acompanha a Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde, submetida ao Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Regional do Noroeste do Rio Grande do Sul, aprovada com parecer consubstanciado nº 547.104. Após explanação dos objetivos do estudo, aceitando a participação, os indivíduos assinam um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os 116 indivíduos entrevistados, foram distribuídos por sexo, masculino e feminino, e em adultos (18 a 59 anos) e idosos (60 anos e mais). Os entrevistados em sua grande maioria foram mulheres (94 indivíduos), e destas prevaleceram as idosas (52), sendo que no sexo masculino prevaleceram os indivíduos adultos (16).

A Tabela 1 apresenta a quantidade de vezes que os entrevistados consomem leite, em suas diferentes variações: integral, semidesnatado e desnatado. Ao que se refere a este consumo, o leite integral é o mais consumido, 29 indivíduos consomem o mesmo pelo menos uma vez ao dia, 11 indivíduos entrevistados relataram o consumo 2 vezes ao dia, e apenas 3 relataram consumir leite integral 3 vezes ao dia. O leite semidesnatado e desnatado é consumido por 7 indivíduos diariamente pelo menos uma vez ao dia, e por 1 indivíduo 2 vezes ao dia. Na semana foi referido o consumo pelo menos 1 vez na semana de leite integral por 3 entrevistados, 4 referiram consumir leite integral 2 vezes na semana e, 6 entrevistados referiram consumir leite pelo menos 3 vezes na semana.

Levando em consideração que o Guia Alimentar para a população brasileira considera o consumo de 3 porções diárias de leite e derivados como adequada para uma alimentação saudável, o resultado do consumo de leite, pode ser considerado insatisfatório, porém não é possível afirmar com precisão, pois não foram utilizados os dados de consumo dos derivados do leite como queijos e iogurtes (BRASIL, 2006) .

Modalidade do trabalho: Relatório técnico-científico
Evento: XXIV Seminário de Iniciação Científica

Tabela 1: Frequência da quantidade de vezes que consome leite (integral, semidesnatado e desnatado) por dia, semana ou mês. Ijuí-RS, 2016.

FREQUÊNCIA	DIA			SEMANA			MÊS			
NÚMERO DE VEZES	L. I	L. SD	L. D	L. I	L. SD	L. D	L. I	L. SD	L. D	L. I
1	29	7	7	3	2	1	1	0	0	29
2	11	1	1	4	1	1	0	0	0	11
3	3	0	0	6	0	0	0	0	0	3
4	0	0	0	2	1	0	1	0	0	0
5	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0
6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
7	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Não consome	53	102	99	53	102	99	53	102	99	53
TOTAL (consumo)	44	8	8	16	4	2	2	0	0	44

*L.I= Leite integral; L.SD= Leite semidesnatado; L.D= Leite desnatado

Quando se separa a população de estudo por sexo verifica-se que em relação ao consumo de leite integral, Tabela 2, tem-se um maior consumo do mesmo por mulheres idosas, pois 44% delas consome leite integral pelo menos uma vez ao dia, enquanto que no grupo das mulheres adultas apenas 11 consomem o leite integral uma vez ao dia. Já dos homens adultos 7 consomem leite integral pelo menos uma vez ao dia. Um dado importante encontrado é o significativo número de mulheres, adultas e idosas (57,1% e 44,2% respectivamente) que referiram não consumir o leite integral.

No estudo de Muniz, et al, 2013 identificou-se que a maioria dos indivíduos que consumiam leite integral referiu ter diagnóstico médico de hipertensão arterial e dislipidemia, sendo para tanto, importante o consumo de leite com reduzido teor de gordura uma recomendação importante para uma adequada nutrição e consequente saúde do indivíduo.

Outro estudo realizado por Tombini, et al, 2012, também relatou uma maior frequência de consumo de leite integral pela população, em detrimento a outros tipos de leite (semidesnatado e desnatado).

Tabela 2: Frequência de consumo de leite integral entre indivíduos do sexo masculino e feminino, adultos e idosos. Ijuí-RS, 2016.

Idade	Sexo		Frequência	%
Adultos	Fem	Não consome	24	57,1
		Dia	11	26,2
		Semana	6	14,3
		Mês	1	2,4
		Total	42	100,0
	Masc	Não consome	4	25,0
		Dia	7	43,8
		Semana	4	25,0
		Mês	1	6,3
		Total	16	100,0
Idosos	Fem	Não consome	23	44,2
		Dia	23	44,2
		Semana	6	11,5
		Total	52	100,0
	Masc	Não consome	2	33,3
		Dia	4	66,7
		Total	6	100,0

*Fem=Feminino; Masc= Masculino

O leite semidesnatado é o menos consumido pela população entrevistada, sendo que o maior consumo do mesmo acontece por mulheres idosas, onde 11,5% consomem leite semidesnatado pelo menos uma vez ao dia. Homens adultos não relataram consumir leite semidesnatado, e apenas um homem idoso relatou esse consumo (Tabela 3).

Tabela 3: Frequência de consumo de leite semidesnatado entre indivíduos do sexo masculino e feminino, adultos e idosos. Ijuí-RS, 2016.

Idade	Sexo		Frequência	%
Adultos	Fem	Não consome	39	92,9
		Dia	1	2,4
		Semana	2	4,8
		Total	42	100,0
	Masc	Não consome	16	100,0
Idosos	Fem	Não consome	44	84,6
		Dia	6	11,5
		Semana	2	3,8
		Total	52	100,0
	Masc	Não consome	5	83,3
		Dia	1	16,7
		Total	6	100,0

*Fem=Feminino; Masc= Masculino

O leite desnatado também é pouco consumido entre os indivíduos entrevistados, sendo que homens não consomem o mesmo, já no grupo das mulheres têm-se uma frequência de consumo ligeiramente maior entre as idosas (9,6%) (Tabela 4).

Modalidade do trabalho: Relatório técnico-científico
Evento: XXIV Seminário de Iniciação Científica

Muniz et al, 2013, obteve resultados semelhantes em relação ao consumo de leite desnatado, onde maiores prevalências foram observadas entre as mulheres.

Tabela 4: Frequência de consumo de leite desnatado entre indivíduos do sexo masculino e feminino, adultos e idosos. Ijuí-RS, 2016.

Idade	Sexo		Frequência	%
Adultos	Fem	Não consome	34	81,0
		Dia	4	9,5
		Semana	3	7,1
		Mês	1	2,4
		Total	42	100,0
	Masc	Não consome	16	100,0
Idosos	Fem	Não consome	46	88,5
		Dia	5	9,6
		Semana	1	1,9
		Total	52	100,0
	Masc	Não consome	6	100,0

*Fem=Feminino; Masc= Masculino

Em relação ao tipo de leite consumido os resultados encontrados demonstram concordância com estudo de Muniz et al, 2013 onde um achado importante do referido estudo foi o elevado consumo de leite de vaca integral. A ingestão de leite desnatado, que é recomendado como opção adequada de alimentação saudável, também foi reduzida (MUNIZ et al, 2013).

Alimentos de origem animal são fontes de colesterol e gorduras saturadas, e quando seu consumo é excessivo na dieta pode se relacionar com a ocorrência de dislipidemias, que são fatores de risco para doenças cardíacas e alguns tipos de câncer. O consumo excessivo de gorduras de origem animal é um comportamento de risco para a ocorrência de agravos crônicos não transmissíveis (OPAS, 2003; MUNIZ, 2013).

CONCLUSÃO

Analisando o consumo de leite em suas diferentes constituições, observou-se um consumo moderado do mesmo pela população de estudo. Levando-se em consideração que o leite é fonte de cálcio e vitaminas importantes para o bom funcionamento do organismo, é necessária uma avaliação mais aprofundada, para pensar em formas de promover saúde por meio de uma dieta adequada. Também é preciso considerar o consumo dos derivados do leite, que não foram utilizados para este estudo.

PALAVRAS CHAVE: leite; guia alimentar; saúde coletiva.

AGRADECIMENTOS

À FAPERGS e UNIJUÍ, pelo Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica; e à Sociedade de Estudos e Pesquisa e Assistência Médica S/C Ltda de Ijuí/RS pelo auxílio com recursos financeiros para aquisição de materiais e equipamentos para a viabilização da pesquisa.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Guia alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde. – Brasília: Ministério da Saúde, 2006. 210 p.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Guia alimentar para a população brasileira / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – 2. ed. – Brasília : Ministério da Saúde, 2014. 156 p.

MUNIZ, Ludmila Correa; MADRUGA, Samanta Winck; ARAÚJO Cora Luiza. Consumo de leite e derivados entre adultos e idosos no Sul do Brasil: um estudo de base populacional. Ciência & Saúde Coletiva, 2013. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/csc/v18n12/a08v18n12.pdf> Acesso em: Junho de 2016.

TOMBINI, Heloísa; et al. Consumo de leite de vaca entre agricultores da região Oeste do Paraná. Alimentos Nutrição. Araraquara, 2012.

Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS). Doenças crônico degenerativas e obesidade: Estratégia mundial sobre alimentação saudável, atividade física e saúde. Brasília: OPAS; 2003. Disponível em: http://www.opas.org.br/wp-content/uploads/2015/09/d_cronic.pdf> Acesso em: Junho de 2016.