

322

**AVALIAÇÃO DA INGESTÃO DE FRUTAS E VERDURAS, EXCESSO DE PESO E CARACTERÍSTICAS CLÍNICAS DA ASMA EM ADOLESCENTES: RESULTADOS PRELIMINARES.***Leila Ghizzoni, Francieliane Jobim Benedetti, Vera Lucia Bosa, Jussara Carnevale de Almeida (orient.) (UFRGS).*

**INTRODUÇÃO:** Uma elevada ingestão alimentar induz a produção de radicais livres provocando alterações fisiopatológicas associadas com a asma. Uma dieta com quantidade elevada de frutas e vegetais pode estar associada à proteção dos sintomas da asma, devido maior aporte de componentes antioxidantes. **OBJETIVO:** Avaliar a possível associação entre a ingestão de frutas e vegetais com o sobrepeso e asma em adolescentes. **METODOLOGIA:** Em um estudo transversal, foram avaliados adolescentes de 10 a 18 anos com diagnóstico de asma (ambulatório Hospital Presidente Vargas) com e sem sobrepeso (OMS 2007) e não-asmáticos com sobrepeso (escola estadual), pareados por idade e sexo. O consumo alimentar foi avaliado através da média de 2 recordatórios alimentares de 24 horas e 3 dias de registros alimentares. As porções de frutas e vegetais foram determinadas por cotas calóricas (Guia Alimentar da População Brasileira, MS 2006). **RESULTADOS:** Cada grupo foi composto por 23 adolescentes (56, 5 % meninos; 12, 4±2, 4 anos). O consumo energético dos asmáticos com e sem sobrepeso foi maior do que os não-asmáticos com sobrepeso (2069±517 e 2099±618 vs 1673±531 kcal; P=0, 019), sem diferença entre ingestão de carboidratos, proteínas, lipídeos, colesterol e fibras. A ingestão de <1 porção/dia de frutas e verduras, respectivamente, nos 3 grupos de adolescentes foi de: 56, 5% e 69, 6% dos asmáticos com sobrepeso; 69, 6% e 60, 9% dos asmáticos eutróficos; 43, 5% e 65, 2% dos não-asmáticos com sobrepeso, sem diferença entre os grupos. **CONCLUSÃO:** Mais da metade dos adolescentes avaliados consomem <1 porção de frutas e verduras/dia, independente do sobrepeso ou presença de sintomas de asma. A avaliação de vitaminas antioxidantes e demais grupos alimentares permitirá uma melhor interpretação dos resultados.