

criar diagramas causais que refletissem a sua perceção relativamente aos fatores que contribuem para a obesidade. Na fase seguinte, os adolescentes utilizaram os seus conhecimentos e experiências para co-criar com os investigadores CC novas propostas para prevenir a obesidade. A última fase criou oportunidades de diálogo – Fóruns de Diálogo (FD) - entre os adolescentes e *stakeholders* relevantes, onde as propostas desenvolvidas até então foram discutidas. Em Portugal foram discutidas três propostas separadamente em FD realizados a nível local. Posteriormente, foi realizado um FD a nível nacional em setembro de 2021.

RESULTADOS: Um total de seis *stakeholders* e 11 jovens participaram nos FD locais. As propostas discutidas centraram-se na promoção de atividade física, na abordagem de nutrição nas escolas e no *marketing* alimentar. Estas propostas foram exploradas no FD nacional, com as contribuições de 15 *stakeholders* de diversas áreas (indústria, governo local, associativismo, investigadores) e 12 jovens, resultando em três propostas políticas finais:

- Regular todo o tipo de *marketing* de alimentos não saudáveis dirigido a menores de 18 anos;
 - Incluir conteúdos de nutrição no currículo da disciplina de Educação para a Cidadania;
 - Promover parcerias entre escolas, municípios, ginásios, clubes desportivos e transportes públicos para facilitar o acesso e a prática de atividade física.
- CONCLUSÕES:** Como a próxima geração de adultos e decisores políticos, os jovens devem ser envolvidos na formulação das políticas atuais e futuras para um maior sucesso na prevenção da obesidade.

PO67. PRESENÇA DE VEGETARIANISMO NAS DIFERENTES FAIXAS ETÁRIAS

Inês Olsen¹; Cíntia Ferreira-Pêgo²; Emília Alves^{1,2}

¹ Escola de Ciências e Tecnologias da Saúde, Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias

² Centro de Investigação em Biociências e Tecnologias da Saúde, Universidade Lusófona

INTRODUÇÃO: Nos tempos atuais de alterações climáticas e de discussão sobre o impacto humano no ambiente, dietas vegetarianas e vegan têm vindo a despertar mais interesse na população mundial. Assim, em anos mais recentes, têm existido um aumento no número de indivíduos que praticam uma dieta vegetariana.

OBJETIVOS: O principal objetivo deste estudo foi observar a prevalência de indivíduos vegetarianos em diferentes faixas etárias.

METODOLOGIA: A recolha dos dados decorreu de forma transversal através de um questionário digital. Participaram 197 indivíduos, com idades entre os 18 e 72 anos, sendo que a divisão entre gerações foi feita considerando os intervalos de idade de 18-39 anos e de 40-72 anos.

RESULTADOS: Foram observados mais (34,5%) participantes omnívoros na faixa etária mais velha (n=68) e mais (23,3%) participantes vegetarianos na faixa etária mais nova (n=46). A geração mais nova evitou o consumo de carne, pescado e ovos, de forma mais recorrente e a geração mais velha evitou mais frequentemente o consumo de leite e derivados. A maioria (61,4%) dos participantes considerou a alimentação vegetariana como saudável, completa, variada e equilibrada. Os nutrientes que os participantes consideraram estar em falta num regime alimentar vegetariano foram a proteína, a vitamina B12, o ferro, o cálcio e a vitamina D.

CONCLUSÕES: O vegetarianismo está mais presente nas gerações mais novas, já que evitaram o consumo de carne, pescado e ovos, de forma mais recorrente e que a geração mais velha tentou reduzir mais frequentemente o consumo de leite e derivados. A maioria dos participantes considerou a alimentação vegetariana como saudável, completa, variada e equilibrada, especialmente os indivíduos mais novos. Os participantes consideraram que poderiam estar em falta num regime de vegetarianismo alguns nutrientes, como a proteína, vitamina B12, ferro, cálcio e vitamina D, o que está de acordo com a evidência atual sobre o tema.

PO68. PRODUCT AVAILABILITY IN AUTOMATIC VENDING MACHINES - IS IT ADJUSTED TO GOVERNMENT RECOMMENDATIONS AND STUDENTS' NEEDS?

Raquel Gouveia¹; Inês Melo¹; Cátia Mateus¹; Cláudia Viegas²; Patrícia Carvalho¹; Vânia Costa¹; Rute Borrego¹

¹ Nutrition Department, Escola Superior de Tecnologia da Saúde, Instituto Politécnico de Lisboa

² Health & Technology Research Center, Escola Superior de Tecnologia da Saúde, Instituto Politécnico de Lisboa

INTRODUCTION: Nutritional behaviour in college/university students can be determined by a broad set of individual and environmental conditions, such as product availability in the school's facilities and their cost. Evaluating and improving food quality and availability in school facilities can be a good strategy to promote healthier eating habits among the school community.

OBJECTIVES: (i) To audit product availability in vending machines from an academic Lisbon institute and its costs; (ii) To compare the adequacy of these products with government legislation.

METHODOLOGY: A checklist developed by the University of São Paulo was adapted to assess and characterize the available products in vending machines of an academic Lisbon institute. Once all vending machines available in the institute were observed, products were separated into two categories: healthy and unhealthy; forbidden, allowed, and not listed, according to government legislation (Despacho n.º 7516-A/2016).

RESULTS: A total of 17 vending machines were assessed; 71.0% (n=397) of the snacks and beverages available were classified as forbidden, 13.6% (n=76) were considered allowed and 15.4% (n=86) weren't listed; 70.7% (n=220) of the products were considered unhealthy and 28.0% (n=87) were considered healthy (four products were not considered); healthy beverages were cheaper than unhealthy ones, however, healthier snacks were, in general, more expensive.

CONCLUSIONS: None of the observed vending machines was according to governmental legislation. In general, unhealthy products were cheaper than healthy ones. Adjusting products availability and cost is necessary to improve food choices and habits among the students and overall community.

P.O. VENCEDORES

1.º Prémio

PO50 | Effects of climate changes on nutritional quality of *Solea Senegalensis*

2.º Prémio

PO34 | The effects of balanso project: results from a school-based nutrition intervention to improve dietary quality of mid-morning snacks

3.º Prémio

PO1 | Assessing the impacts of climate change-related stressors on the nutritional quality of *Diplodus Cervinus*