

PO118

Atividade antioxidante de génotipos de framboesas nacionais

Margarida Moncada^{1,2}, Helcília Dias dos Santos¹, Maria Fernanda de Mesquita^{1,2}, Madalena Bettencourt da Câmara^{1,2}

¹Instituto Universitário Egas Moniz, Campus Universitário, Caparica, Portugal.

²Centro de Investigação Interdisciplinar Egas Moniz, Instituto Universitário Egas Moniz, Caparica, Portugal.

Autor para correspondência: Helcília Dias dos Santos

*✉ helcilia5@yahoo.com

Resumo

Introdução: A framboesa é um pequeno fruto nutricionalmente denso, abundante em antioxidantes naturais, como a vitamina C, carotenóides e polifenóis. Estes compostos bioativos benéficos apresentam grande interesse pois são capazes de inibir espécies radiculares como o O₂⁻ [1]. Assim, o conhecimento da atividade antioxidante pode dar um contributo na seleção de génotipos em programas de melhoramento genético, visando a obtenção de frutos com maior impacto na saúde. **Objetivos:** Este trabalho visou a avaliação do teor em fenóis totais e da atividade antioxidante de extratos de génotipos de framboesas produzidas em Portugal. **Material e Métodos:** O estudo foi realizado em amostras de 3 génotipos da seleção 2021 do programa de melhoramento do INAV I.P. – Beira Baga (GS1, GS2 e GS3), e de 1 génotipo desconhecido (GD). Para cada amostra foram produzidos extratos ricos em polifenóis (metanol: água: ácido fórmico, 79,9: 20: 0,1% v/v/v), em triplicado.

Nos extratos, determinou-se o teor de fenóis totais (FT) pelo método Folin-Ciocalteu e mediu-se a capacidade antioxidante in vitro pelo método FRAP, em triplicado, e pela avaliação da neutralização do radical O₂⁻ [1-2]. **Resultados e Discussão:** Os conteúdos em FT e os valores FRAP (média ± desvio padrão) das amostras, expressos em mg EAG/100 g de framboesa fresca e µmoles de eq. Trolox/ 100 g framboesa fresca, respetivamente, foram os seguintes: GS1 – 683,1 ± 72,94 e 9758 ± 1152; GS2 – 97,5 ± 3,20 e 916 ± 43,3; GS3 – 140,0 ± 3,00 e 1406 ± 26,8; GD - 301,0 ± 4,00 e 3430 ± 82,0. Os génotipos GS1 e GD apresentaram teores em FT e valores FRAP muito elevados; o GS2, pelo contrário, exibiu valores consideravelmente baixos. Todas as amostras neutralizaram o radical O₂⁻. **Conclusão:** Os génotipos estudados são abundantes em compostos fenólicos e apresentam atividade antioxidante elevada podendo ter efeitos benéficos para a saúde, nomeadamente na diminuição do stress oxidativo.

Palavras-chave: framboesa, atividade antioxidante, fenóis totais, FRAP, radical O₂⁻.

Referências

[1] Moncada M. (2006) Estudos em derivados do 2-Fenil-1-Benzopirílio. Lisboa, Universidade Nova de Lisboa, Faculdade de Ciências e Tecnologias.

[2] Bettencourt-Câmara, M; Sobotko, M; Bento da Silva, A; Mecha; Figueira, ME; Bronze, R; Moncada, M (2016) Estudos voltamétricos e da capacidade antioxidante de cultivares de *Rubus idaeus* L. produzidas em Portugal ao longo de 3 outonos consecutivos. V Colóquio Nacional da Produção de Pequenos, Oeiras, INIAV, 14-15/10/2016, Livro de Resumos, p.71. Disponível em: http://www.aphorticultura.pt/uploads/4/8/0/3/48033811/livro_de_resumos_vcnppf.pdf.

PO122

Impacto do trabalho por turnos na saúde mental dos trabalhadores do setor industrial: uma revisão sistemática da literatura

Rui Teixeira¹, Artemisa R. Dores², Matilde A. Rodrigues^{1,2}

¹Centro de Investigação em Saúde e Ambiente, Escola Superior de Saúde, Instituto Politécnico do Porto, Porto, Portugal.

²Centro de Investigação em Reabilitação, Escola Superior de Saúde, Instituto Politécnico do Porto, Porto, Portugal.

Autor para correspondência: Matilde A. Rodrigues

*✉ mar@ess.ipp.pt

Resumo

Introdução: O trabalho por turnos surge como resultado da necessidade das empresas se tornarem mais competitivas e aumentarem a sua produtividade.

No entanto, apesar dos benefícios, têm sido apontadas na literatura consequências ao nível da saúde e bem-estar dos trabalhadores que laboram nestas condições

[1-3]. Estudos anteriores têm dado particular ênfase aos efeitos na saúde física, apesar deste tipo de trabalho estar também associado a efeitos ao nível da saúde mental.

Objetivos: Este estudo teve como objetivo identificar os impactos do trabalho por turnos na saúde mental dos trabalhadores do setor industrial, bem como os principais fatores que medeiam esta relação, através de uma revisão sistemática da literatura. **Materiais e Métodos:** Foram seguidas as recomendações da metodologia PRISMA. Os artigos foram selecionados das bases de dados ScienceDirect, PubMed, Web of Science e EBSCOhost, e identificados estudos empíricos realizados entre 2010 e junho de 2020, escritos em inglês e desenvolvidos no setor industrial, nos quais foi analisada a relação entre o trabalho por turnos e/ou do trabalho noturno com perturbações ao nível da saúde mental dos trabalhadores.

Resultados: Foram selecionados 13 estudos que

cumpriam os critérios de elegibilidade. Os resultados evidenciaram que os principais efeitos do trabalho por turnos na saúde mental se refletem em alterações no sono, fadiga e perturbações psicológicas (ex. ansiedade e depressão). Esta relação é influenciada pela duração e tipologia da jornada de trabalho (existência de turnos, trabalho noturno, horas extras e/ou horários irregulares), pelas características do trabalho e pelo género dos trabalhadores. **Conclusões:** O trabalho por turnos tem sido relacionado com perturbações da saúde mental dos trabalhadores. Contudo, dada a relevância de fatores individuais e das condições de trabalho envolvidas nesta relação, estudos futuros devem considerar indústrias com características organizacionais semelhantes. Tal permitirá aproximar as condições de trabalho das várias populações em estudo e reduzir a diversidade de fatores externos que podem explicar os resultados.

Palavras-chave: indústria, organização do trabalho, saúde mental, saúde ocupacional, trabalho por turnos.

Referências

- [1] Bara, A. C., & Arber, S. (2009). Working shifts and mental health - Findings from the British Household Panel Survey (1995-2005). *Scandinavian Journal of Work, Environment and Health*, 35(5), 361–367. <https://doi.org/10.5271/sjweh.1344>.
- [2] Hemamalini, R. V., Krishnamurthy, N., Prabhavathi, K., & Saravanan, A. (2014). Influence of shift work on psychological health and memory performance. *Asian Journal of Pharmaceutical and Clinical Research*, 7(5), 75–77.
- [3] Kang, M.-Y., Kwon, H.-J., Choi, K.-H., Kang, C.-W., & Kim, H. (2017). The relationship between shift work and mental health among electronics workers in South Korea: A cross-sectional study. *PlosOne*, 12(11). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0188019>.

PO123

Fatores que influenciam os comportamentos dos estudantes do ensino superior face à COVID-19

Catarina Peralta¹, Manuela V. Silva^{1,6}, Artemisa R. Dores², Marina Almeida-Silva³, Graça Andrade³, Marta Vasconcelos Pinto^{4,5}, Matilde A. Rodrigues^{1,2,7}

¹Centro de Investigação em Saúde e Ambiente, Escola Superior de Saúde, Instituto Politécnico do Porto, Porto, Portugal.

²Centro de Investigação em Reabilitação, Escola Superior de Saúde, Instituto Politécnico do Porto, Porto, Portugal.

³H&TRC- Centro de Investigação em Saúde e Tecnologia, ESTeSL- Escola Superior de Tecnologia da Saúde, Instituto Politécnico de Lisboa.

⁴Instituto Politécnico de Coimbra, ESTeSC-Coimbra Health School, Saúde Ambiental, Coimbra.

⁵CISAS, Escola Superior de Tecnologia e Gestão, Instituto Politécnico de Viana do Castelo, Rua Escola Industrial e Comercial de Nun'Álvares, 4900-347 Viana do Castelo, Portugal

⁶EPLunit, Instituto de Saúde Pública da Universidade do Porto, ISPUP, Portugal.

⁷Algoritmi, Universidade do Minho, Guimarães, Portugal.

Autor para correspondência: Matilde A. Rodrigues

*✉ mar@ess.ipp.pt

Resumo

Introdução: Em resposta à pandemia de COVID-19, as instituições do ensino superior adotaram um conjunto de medidas para garantir um ensino presencial seguro, prevenindo potenciais surtos. Contudo, a efetividade das medidas implementadas está dependente da adoção dos comportamentos preventivos pelos estudantes [1]. Também é importante considerar que os estudantes do ensino superior são em geral jovens, muitas vezes

deslocados, em coabitação e com uma procura constante de socialização, o que torna os seus comportamentos fora da instituição também de particular relevância para o controlo da pandemia. **Objetivos:** Este estudo teve como objetivo analisar os comportamentos adotados pelos estudantes do ensino superior durante o período pandémico, e relacionar os mesmos com os fatores influenciadores, nomeadamente com a perceção que têm do risco. **Materiais e Métodos:**