

ISSN 2182-7230

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

EDIÇÃO ESPECIAL

REVISTA NUTRÍCIAS

A REVISTA DA ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DOS NUTRICIONISTAS

NÚMERO 25



Ano 15

CORPO EDITORIAL

Director

Nuno Borges | Associação Portuguesa dos Nutricionistas, Porto

Coordenador Conselho Científico

Nuno Borges | Associação Portuguesa dos Nutricionistas, Porto

Coordenação Editorial

Helena Real | Associação Portuguesa dos Nutricionistas, Porto

Teresa Rodrigues | Associação Portuguesa dos Nutricionistas, Porto

Conselho Científico

Ada Rocha | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto

Alejandro Santos | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto

Ana Cristina Santos | Faculdade de Medicina da Universidade do Porto, Porto

Ana Gomes | Centro de Biotecnologia e Química Fina, Escola Superior de Biotecnologia do Centro Regional do Porto da Universidade Católica Portuguesa, Porto

Ana Paula Vaz Fernandes | Universidade Aberta, Lisboa

Ana Pinto Moura | Universidade Aberta, Porto

Ana Rito | Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge, Lisboa

Andreia Oliveira | Faculdade de Medicina da Universidade do Porto, Porto

Bárbara Beleza Pereira | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto

Bruno Lisandro Sousa | Serviço de Saúde da Região Autónoma da Madeira, Madeira

Bruno Oliveira | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto

Carla Lopes | Faculdade de Medicina da Universidade do Porto, Porto

Carla Pedrosa | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto

Carmen Brás Silva | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto

Catarina Simões | Centro de Biotecnologia e Química Fina, Escola Superior de Biotecnologia do Centro Regional do Porto da Universidade Católica Portuguesa, Porto

Cecília Morais | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto

Cláudia Afonso | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto

Cláudia Silva | Universidade Fernando Pessoa, Porto

Conceição Calhau | Faculdade de Medicina da Universidade do Porto, Porto

Débora Santos | Instituto de Nutrição da Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Brasil

Duarte Torres | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto

Elisabete Pinto | Centro de Biotecnologia e Química Fina, Escola Superior de Biotecnologia do Centro Regional do Porto da Universidade Católica Portuguesa, Porto

Elisabete Ramos | Faculdade de Medicina da Universidade do Porto, Porto

Filomena Gomes | Kantonsspital Aarau, Aarau; Center for Neurology & Rehabilitation, Vitznau

Flora Correia | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto

Inês Tomada | Escola Superior de Biotecnologia da Universidade Católica Portuguesa, Porto; Hospital Cuf Porto, Porto

Isabel Braga da Cruz | PortugalFoods, Porto

Isabel Monteiro | URAP, ACES Porto Ocidental, ARSN - I.P.; Escola Superior de Biotecnologia da Universidade Católica Portuguesa, Porto

João Araújo | Institut Pasteur, Paris

João Breda | World Health Organization - Regional Office for Europe, Copenhaga

José Carlos Andrade | Instituto Superior de Ciências da Saúde do Norte, Porto

Júlio César Rocha | Centro de Genética Médica Dr. Jacinto de Magalhães, Centro Hospitalar do Porto, E.P.E., Porto

Luís Lima | Instituto Superior de Ciências da Saúde do Norte, Porto

Luiza Kent-Smith | Saskatoon Health Region, Saskatoon

Madalena Oom | Instituto Superior de Ciências da Saúde Egas Moniz, Lisboa

Margarida Liz | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto

Maria Daniel Vaz de Almeida | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto

Maria João Gregório | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto

Maria Palma Mateus | Universidade do Algarve, Faro

Marta Silvestre | Universidade de Auckland, Nova Zelândia

Miguel Camões | Instituto Politécnico de Bragança, Bragança

Mónica Truninger | Instituto de Ciências Sociais da Universidade de Lisboa, Lisboa

Nelson Tavares | Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, Lisboa

Nuno Borges | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto

Odília Queirós | Instituto Superior de Ciências da Saúde do Norte, Porto

Olga Viegas | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto; REQUIMTE, Departamento de Ciências Químicas, Laboratório de Bromatologia e Hidrologia, Faculdade de Farmácia da Universidade do Porto, Porto

Olívia Pinho | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto

Patrícia Antunes | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto

Patrícia Padrão | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto

Paula Pereira | Instituto Superior de Ciências da Saúde Egas Moniz, Lisboa

Paula Ravasco | Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa, Lisboa

Pedro Carvalho | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto

Pedro Graça | Direcção-Geral da Saúde, Lisboa

Pedro Moreira | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto

Pedro Teixeira | Faculdade de Motricidade Humana da Universidade Técnica de Lisboa, Lisboa

Renata Barros | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto

Rosário Monteiro | Faculdade de Medicina da Universidade do Porto, Porto

Roxana Moreira | Instituto Superior de Ciências da Saúde do Norte, Porto

Rui Poínhos | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto

Sandra Leal | Instituto Superior de Ciências da Saúde do Norte, Porto

Sara Rodrigues | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto

Sílvia Pinhão | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto; Centro Hospitalar de S. João, E.P.E., Porto

Teresa Amaral | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto

Tim Hogg | Escola Superior de Biotecnologia do Centro Regional do Porto da Universidade Católica Portuguesa, Porto

Victor Viana | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto

Vítor Hugo Teixeira | Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto

FICHA TÉCNICA

Revista Nutrícias N.º 25 | ISSN 2182-7230 | Revista da Associação Portuguesa dos Nutricionistas | Rua João das Regras, n.º 284, R/C 3, 4000-291 Porto | Tel.: +351 22 208 59 81 | Fax: +351 22 208 51 45 | E-mail: revistanutricias@apn.org.pt | **Propriedade** Associação Portuguesa dos Nutricionistas | **Periodicidade** 4 números/ano (1 edição em papel e 3 edições em formato digital): Janeiro-Março; Abril-Junho; Julho-Setembro e Outubro-Dezembro | **Concepção Gráfica** snap creative team | **Notas** Esta revista não foi escrita ao abrigo do novo acordo ortográfico. Os artigos publicados são da exclusiva responsabilidade dos autores, não coincidindo necessariamente com a opinião da Associação Portuguesa dos Nutricionistas. É permitida a reprodução dos artigos publicados para fins não comerciais, desde que indicada a fonte e informada a revista.

ÍNDICE

EDITORIAL
Célia Craveiro

2

**A GÉNESE DA REVISTA NUTRÍCIAS E O IMPACTO NO
PANORAMA NACIONAL DE PUBLICAÇÕES**

4

Alexandra Bento

**A IMPORTÂNCIA DA REVISTA NUTRÍCIAS NO ÂMBITO
NACIONAL E INTERNACIONAL DAS CIÊNCIAS DA NUTRIÇÃO**

6

Helena Ávila

REVISTA NUTRÍCIAS - O FUTURO

8

Nuno Borges

ANO 15, 25 CAPAS

10

REVISTA NUTRÍCIAS EM NÚMEROS

12

**INVESTIGAR NUTRIÇÃO EM PORTUGAL:
INDEXAÇÃO DA REVISTA CIENTÍFICA**

18

Conceição Calhau

NORMAS DE PUBLICAÇÃO ACTA PORTUGUESA DE NUTRIÇÃO

20

EDITORIAL

A Fernando Pessoa se deve o ideal de pensamento de que quando o Homem sonha a obra nasce. E o sonho da Associação Portuguesa dos Nutricionistas materializou-se na obra de uma revista científica na área das ciências da nutrição e da alimentação, que toma uma forma que a todos nos enche de orgulho. É de uma honra imensa poder escrever umas singelas palavras para este editorial, que se quer comemorativo. As comemorações, na sua generalidade, podem ser sinónimo de felicidade por algo ou apenas por um acontecimento. Nesta edição especial, da única revista científica indexada em Portugal, que visa especificamente a área da nutrição e alimentação, são muitas as premissas para festejar.

Junta-se nesta edição comemorativa uma dupla felicitação à Revista Nutricías. Felicita-se os seus 15 anos de publicações, e complementando a mesma com vinte e cinco edições nesta roupagem, existente desde a sua génese.

O caminho da consolidação, enquanto revista de referência no panorama nacional, fez-se com o empenho, dedicação e participação de todos os que, num formato mais directo ou indirecto, ao longo destes quinze anos apoiaram de forma constante a evolução que a Revista Nutricías sofreu.

A um corpo editorial que, de forma incansável, reuniu e reúne esforços para que a gestão e dinâmica se mantenha ao mais alto nível, para que em todas as edições haja um cumprimento dos padrões que a Revista nos foi presenteando. A um corpo editorial que espelha na Revista Nutricías o cuidado e zelo com as publicações, autores e revisores, e especialmente com as ciências da nutrição e com os Nutricionistas. Aos directores da Revista, que com enorme sentido de responsabilidade foram traçando, em todas as fases que a Revista Nutricías palmilhou, para que o resultado final e esperemos que também o início de novos caminhos, um trajecto que culminasse com uma indexação, processo que requereu esforço, dedicação, perseverança e altruísmo, principalmente a um tempo pessoal dedicado a uma causa de todos. Abraçaram o papel de timoneiros sem hesitar e com toda a solenidade de dever a cumprir.

Aos revisores, peças-chave neste tabuleiro de xadrez, entrosando todo o saber e espírito de elevação da ciência que nos transporta para visualizações de mestres que se dedicam à partilha dos seus ideais, dos seus conhecimentos para um objectivo *major*, uma ciência de qualidade, de fiabilidade e de evidente e constante contributo para a elevação da Revista a nível nacional e, paralelamente, a nível internacional. Um agradecimento nunca será, de forma alguma, justo ao esforço e dedicação que demonstram para com a Revista.

A todos os autores que, em 15 anos de publicações, constituíram um primordial móbil de sustentação e impulso da Revista Nutricías. Fomentadores de todo o dinamismo que delineou a Revista nestes anos e que continuarão, sem dúvida alguma, a ser motores de impulso para que o crescimento e evolução da Revista seja exponencialmente positivo.

A todos um agradecimento, esperando que se prolonguem no tempo todas estas colaborações e apoios. Se o Homem sonha e a obra nasce, o que se depreenderá quando muitos Homens sonham? Uma obra não só nasce como impera. Como cresce. Como vive e sobrevive. Como evolui.

A Revista Nutricías toma assim a forma de Acta Portuguesa de Nutrição.

Uma nova etapa, um novo desafio.

Célia Craveiro
Presidente da Associação Portuguesa dos Nutricionistas

Ada Rocha | Adelaide Amorim | Alejandro Santos | Alexandra Bento | Alexandra Coelho | Alexandra Costa | Alexandra Sousa | Alva Seixas Martins |
Amadeu Armada | Ana Candeias | Ana Correia | Ana Cristina Santos | Ana Evaristo | Ana Ferreira | Ana Gomes | Ana Lam | Ana Leonor Perdigão |
Ana Lúcia Silva | Ana Lucília Oliveira | Ana Macedo | Ana Monteiro | Ana Paula Alves | Ana Paula Vaz Fernandes | Ana Pimenta Martins | Ana
Pinto Moura | Ana Raquel Marinho | Ana Rita Garcia | Ana Rita Melo | Ana Rito | Ana Sampaio | Ana Sanches-Silva | Ana Santos | Ana Silva |
Ana Sofia Sampaio | Ana Valente | Analisa Neto | Andreia Carlos | Andreia Oliveira | António Castro Henriques | António Falcão de Freitas |
António Guerra | António Lacerda Vieira | Bárbara Beleza Pereira | Beatriz Oliveira | Bela Franchini | Bruno Lisandro Sousa | Bruno Maia |
Bruno Oliveira | Bruno Reis | C M Simões Pereira | Carla Gonçalves | Carla Guerra | Carla Lopes | Carla Louro | Carla Morgado | Carla Moura
Pereira | Carla Pedrosa | Carla Rêgo | Carla Sá | Carla Sofia Carneiro | Carla Vasconcelos | Carlos Mendonça | Carlos Ramos | Carmen Brás Silva |
Carmen Costa | Carmen Garcia | Carolina Costa | Carolina Ferreira | Catarina D Simões | Catarina Durão | Catarina Martins | Catarina Santos
Silva | Cátia Carvalho | Cátia Cunha | Cecília Costa | Cecília Curto | Cecília Moraes | Cecília Santos | Célia Craveiro | Célia Mendes | César Valente |
Cintia Reis | Clara Matos | Cláudia Afonso | Cláudia Camila | Cláudia Dias | Cláudia Nunes dos Santos | Cláudia Reis | Cláudia Silva | Cláudia
Torres | Conceição Calhau | Cristina Abreu Santos | Cristina Cordeiro | Cristina Padez | Cristina Ramos | Cristina Santos | Cristina Trindade |

Daniel Sampaio | Daniela Leite | Daniela Pires |

Daniela Ribeiro | Daniela Santos | Débora Cláudio |

Débora Santos | Delphine Dias | Denisa Mendonça |

Denise Araújo | Diana e Silva | Diana Gomes | Duarte

Torres | Dulce Senra | Egídia Vasconcelos | Elisa

Ruivo | Elisabete Fernandes | Elisabete Oliveira |

Elisabete Pedrosa | Elisabete Pinto | Elisabete Ramos |

Elisabete Ventura | Elizabeth Abrantes | Elsa Alves |

Elsa Madureira | Ema Castro | Ermelinda Alves |

Ester Vinha Nova | Etel Matielo | Eunice Jorge |

Eunice Rodrigues | Eunice Trindade | Ezequiel Pinto |

Fábio Pereira | Fátima Fonseca | Fernando Amaral |

Fernando Pichel | Filipa Coelho | Filomena Gomes |

Filomena Pereira | Flora Correia | Florbela Esteves |

Francisca Oliveira | Gina Freitas | Giovana Longo-Silva |

Gisela Moraes | Goreti Botelho | Graça Ferro | Guiomar

Ferreira | Helder Nunes | Helena Ávila | Helena Cid | Helena

Real | Helena S Costa | Helena Vale | Helga Teixeira |

Hélia Barros | Henrique Barros | Hiskias G Keizer | Hugo

de Sousa Lopes | Idalina Borges | Imma Antunes | Inês

Ferreira | Inês Pádua | Inês Silva | Inês Tomada | Iolanda

Rodrigues | Isabel Albuquerque | Isabel Baptista | Isabel



Barros | Isabel Braga da Cruz | Isabel Costa | Isabel
Dias | Isabel do Carmo | Isabel Ferreira | Isabel Fonseca |
Isabel Maia | Isabel Monteiro | Isabel Paiva | Isabel Pinto | Isabel
Teixeira | Isabel Viveiros | Jacqueline Dias Fernandes | Joana Afonso |
Joana Alves | Joana Carvalho Costa | Joana Coelho da Silva | Joana Coutinho |
Joana Falcato | Joana Silva | João Araújo | João Balinha | João Boavida | João Breda | João
Lameiras | João Lima | João Martins | João Mendes | João Pedro Freitas | João Pelica | João Primo |
João Vieira | Jorge Amil | Jorge Lameiras | Jorge Mota | José Augusto Taddei | José Camolas | José
Carlos Andrade | José Carlos Machado | José de Santo Amaro | Júlio Rocha | L Pestana | Lara Gomes da
Costa | Laura Silvestre | Lígia Afonso | Lília Figueiredo | Liliana Sousa | Liliane Lobato | Lisa Afonso | Lisa Cartaxo |
Lucélia Tavares | Luís Filipe Azevedo | Luís Lima | Luíza Kent Smith | Lurdes Santos | Lurdes Trigo | M. Beatriz Oliveira |
P P P Machado | Madalena Oom | Mafalda Faria | Mafalda Miranda | Mafalda Oliveira | Mafalda Sousa | Manuel
Araújo | Manuel Sequeira | Manuela de Oliveira Barros | Manuela Ferreira de Almeida | Manuela Marinho | Manuela
Ribeiro | Manuela Santos | Marco Aguiar | Margarida Azevedo | Margarida Liz | Margarida Marques | Margarida Martins |
Margarida Martins Oliveira | Maria Ana Carvalho | Maria Antónia Campos | Maria Cardoso de Menezes | Maria Daniel Vaz de Almeida |
Maria Gentil Pontes Vaz | Maria João Correia | Maria João Cunha | Maria João Gregório | Maria João Miranda | Maria Neto |
Maria Palma Mateus | Mariana Barbosa | Mariana Costa | Mariana Guimarães | Marina Rodrigues | Mário Espiga Macedo |
Marisa Figueiredo | Marta Bastos Dias | Marta Rocha | Marta Rola | Marta Silvestre | Marta Vasconcelos |
Maysa Toloni | Mayumi Delgado | Miguel Ângelo Rego | Miguel Camões | Miguel Rego | Mónica
Caixinha | Mónica Claro | Mónica Trunninger | Natália Silva | Neila Machado | Nelson Tavares | Nidia
Braz | Nilza Gonçalves | Noélia Arruda | Nuno Borges | Nuno Palas | Odília Queiroz | Olga Viegas |
Olivia Pinho | P Cardoso | Patrícia Antunes | Patrícia Padrão | Patrícia Rama | Paula Alves | Paula Cardoso Pereira | Paula Dias | Paula Pereira |
Paula Ravasco | Paula Veloso | Paulo Jorge Nogueira | Pedro Carvalho | Pedro Graça | Pedro Moreira | Pedro Queiroz | Pedro Teixeira |
Ramula Juma Issa | Raquel Néto | Raquel Silva | Regina Afonso | Renata Barros | Ricardo B Ferreira | Ricardo Bessa Martins |
Rita Amaral | Rita Guerra | Rita Jorge | Rita Moreira | Rita Nascimento e Costa | Rita Ornelas | Rosa Maria Santos | Rosa Patacho |
Rosário Monteiro | Roxana Moreira | Rui Hernâni Gomes | Rui Matias Lima | Rui Póinhos | Rui Valdivieso | Rute Azevedo |
Rute Henriques | Susana Casal | S Santana Couto | Samuel Amorim | Sandra Abreu | Sandra Camelo | Sandra Capitão |
Sandra Leal | Sandra Lourenço | Sandra Pereira | M L S Santos | Sara Andrade | Sara Ferreira | Sara Gaipo | Sara Lopes |
Sara Rodrigues | Sara Romeiro | Sara Silva | Sara Sousa | Sérgio Gomes | Sílvia Cunha | Sílvia Pinhão | Sofia Neves |
Sofia Sousa Silva | Sónia Azevedo | Sónia Lucena | Sónia Mendes | Sónia Moura | Sónia Xará | Soraya Bernardo |
Susana Macedo | Susana Montenegro | Susana Pasadas | Susana Pissarra | Susana Rodrigues | Susana
Sinde | Susana Vale | Tânia Borges | Tânia Cordeiro | Tânia Gonçalves Albuquerque | Tânia Magalhães | Tânia
Parece | Teresa Amaral | Teresa Campos | Teresa Carrilho | Teresa Carvalho | Teresa Rodrigues | Teresa Sancho | Teresa
Soares da Silva | Tiago Dias | Tim Hogg | Vanessa Vidal | Victor Viana | Virgínia Leite | Vítor Hugo Teixeira | Zilda Paiva Vieira



A GÉNESE DA REVISTA NUTRÍCIAS E O IMPACTO NO PANORAMA NACIONAL DE PUBLICAÇÕES

Alexandra Bento, Directora da Revista Nutrícias entre 2001 e 2011

Corria o ano de 2001 e estava na recta final do meu primeiro mandato à frente da Associação Portuguesa dos Nutricionistas, rodeada de uma equipa jovem e dinâmica com vontade de levar bem longe a profissão de Nutricionista que estava ainda a despertar.

É verdade que ser Nutricionista já tinha ultrapassado o desconhecimento inicial de muitos mas considerávamos que havia objectivos para concretizar, metas para atingir, horizontes para alargar. Esta postura de inconformismo e procura de novos lugares sempre marcou o espírito dos Nutricionistas. Sempre procurámos, a cada dia, diversificar competências, difundindo as nossas vocações no mercado de trabalho, sendo possível na altura ver-nos com grande determinação a dar os primeiros passos em locais hoje inquestionáveis. Esta postura de inquietação e procura de novos lugares continuou a marcar o espírito dos Nutricionistas de lá para cá.

A nutrição afirmava-se enquanto ciência de fusões, e com todos os desafios que se levantavam, estava perfeitamente justificada a iniciativa da Associação Portuguesa dos Nutricionistas de editar a Revista Nutrícias. Com a pretensão de conseguir uma maior proximidade entre os Nutricionistas e todas as instituições com actividade relevante na área da nutrição, divulgaríamos o trabalho dos colegas nas suas várias vertentes, assim engrandecendo a profissão de Nutricionista - numa secção a que chamamos *Especialidades* - e simultaneamente daríamos a conhecer os estudos e pesquisas científicas efectuados nas mais diversas áreas - numa secção a que chamamos *Cientificidades*.

Esperávamos que, com o empenho e colaboração de todos, fosse possível tornar a Revista Nutrícias numa referência relativamente aos objectivos e motivações dos profissionais que representávamos. E os primeiros números começaram assim mesmo, convidando desde colegas de referência pela sua experiência a colegas com um trabalho inovador, muitos deles ainda muito jovens, a participar. Foi porque acreditaram no projecto ainda antes de ele ser conhecido que ajudaram a Revista Nutrícias a nascer e a crescer. Depressa deixaram de ser necessários os convites para participarem com um artigo na nossa Revista! Os artigos chegavam a um bom ritmo e a Revista, com uma periodicidade anual, via engrossar o número de páginas e o número de artigos bem diferenciados.

Um dos pontos fortes da revista foi sem dúvida o perfil traçado de algumas

"A nutrição afirmava-se enquanto ciência de fusões, e com todos os desafios que se levantavam, estava perfeitamente justificada a iniciativa da Associação Portuguesa dos Nutricionistas de editar a Revista Nutrícias."

personalidades relevantes na área. Era sempre com grande prazer que ficávamos a conhecer melhor, e também numa perspectiva mais pessoal, na primeira pessoa e na voz dos que com ela mais privavam, pessoal e profissionalmente, algumas figuras relevantes da nossa área, e não posso deixar de dar como exemplo o perfil do Dr. Emílio Peres, pela primeira vez designado na Revista Nutrícias como o "Pai dos Nutricionistas", redigido pela colega Clara Matos, responsável editorial deste projecto e seu principal rosto obreiro durante os seus primeiros dez anos.

Não posso falar do Dr. Emílio Peres sem lembrar que foi a primeira pessoa a dar-me pessoalmente os parabéns pela Revista Nutrícias: pela imagem moderna e arrojada; pelo nome sugestivo: as notícias da nutrição, as nutrições; pela voz da investigação científica e da acção dos Nutricionistas, espelhado nos separadores *Cientificidades e Especialidades* desta Revista.

A verdade é que a Revista Nutrícias colheu o agrado de todos e rapidamente cresceu e se afirmou, tornando-se o espelho da dinâmica de investigação nas ciências da nutrição, até se tornar na referência nacional das revistas da área da nutrição que é hoje.

E contribuiu para o crescimento das ciências da nutrição e da profissão de Nutricionista, sendo incontornável o benefício que todo o processo de criação de um artigo e a sua publicação tem. Para quem quer publicar, obriga a pensar e desenvolver um pensamento crítico e sistematizado, desenvolver o estudo, planear o artigo, escrever de forma sucinta e exacta, reconsiderar o artigo e submetê-lo à apreciação dos pares. Para os pares, a revisão do trabalho submetido é um estímulo à constante actualização e desenvolvimento de reflexão crítica face ao trabalho avaliado. Para quem lê, beneficia da sistematização de dados obtidos e do conhecimento, sendo que no final, este processo se traduz sempre no avanço da ciência. Para quem analisa, compreende o crescimento e afirmação de uma profissão, que o faz por si mas que beneficia das estratégias que outros desenvolveram para o auxiliar. De facto, a Revista Nutrícias fez parte integrante de um conjunto de estratégias traçadas por uma equipa que não mais parou de olhar e trabalhar a profissão.

Mas, a Revista Nutrícias também acompanhou tendências.

Tal como internacionalmente, nos últimos catorze anos a evolução no panorama das publicações científicas em Portugal foi sustentadamente crescente. Um olhar atento pelos artigos publicados ao longo destes anos é possível notar

predomínio de universidades na produção do conhecimento em nutrição, mas ainda se trata de uma área em consolidação pois a Revista é ainda jovem. As temáticas abordadas são bastante diversificadas no âmbito da nutrição, consolidando a sua importância nas questões da saúde da população.

Ao longo dos últimos anos a Associação Portuguesa dos Nutricionistas iniciou um processo de inovação do projecto editorial inicial para que a Revista correspondesse às exigências de uma publicação científica internacional, editada em Portugal, e que aspira a ser referência na publicação de trabalhos científicos na área da nutrição além fronteiras. A Revista Nutrícias aumentou o número de edições por ano, passou de anual a trimestral, com 3 das edições exclusivamente online, mantendo o habitual número de Maio também em papel, mantendo uma política de submissão de trabalhos para publicação gratuita. E trilhou o caminho da indexação em bases de dados bibliográficas internacionais. Em 2011 foi iniciado o processo de indexação na plataforma SciELO, tendo sido aprovada pelo seu Comité Consultivo em 2013, aumentando a visibilidade da Revista permitindo desta forma atingir um universo mais abrangente de leitores dos trabalhos publicados e alargando o leque de interessados em publicar na Revista Nutrícias.

Neste caminho de crescimento e sucesso surge o aparente paradoxo: descontinuação desta publicação.

Termina a Revista Nutrícias para dar vida a uma nova publicação, com uma nova designação "Acta Portuguesa de Nutrição", dando assim seguimento a todo o rigor e cientificidade que caracterizaram o caminho da Revista Nutrícias, de forma a inserir-se numa estratégia de internacionalização da Revista na área da publicação científica.

Catorze anos passaram desde que foi editada a primeira Revista Nutrícias. Anos volvidos e os objectivos foram concretizados.

Hoje, a Revista Nutrícias prepara-se para outros voos!



A IMPORTÂNCIA DA REVISTA NUTRÍCIAS NO ÂMBITO NACIONAL E INTERNACIONAL DAS CIÊNCIAS DA NUTRIÇÃO

Helena Ávila, Directora da Revista Nutrícias entre 2012 e 2013

A sucessão de diversas efemérides em anos recentes, sejam o 20.º aniversário da Associação Portuguesa dos Nutricionistas, os 40 anos da Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, os 25 anos da Semana de Ciências da Nutrição da Associação de Estudantes da Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto ou a 25.ª edição da Revista Nutrícias, são marcos que devem ser registados e comemorados, pelo que felicito a Associação Portuguesa dos Nutricionistas e os órgãos da Revista Nutrícias por esta iniciativa, bem como todos os que acreditaram, iniciaram e deram continuidade a este ambicioso projecto.

Estas datas devem ser lembradas, não por uma questão de vénia, louvor ou agradecimento a quem de direito, embora isso esteja implícito e o reconhecimento a terceiros seja um sinal de elevação intelectual e de maturidade profissional e humana. Mas, o que é mais relevante é o facto de assinalarem a origem de uma ideia, uma vontade, uma convicção tão renovadora, arrojada e necessária, que muitos outros que se lhe seguiram não tiveram nem quiseram outra opção, que não a de lhe dar continuidade.

"A Revista Nutrícias é uma publicação com características únicas em Portugal.

O estado do actual desenvolvimento das ciências da nutrição em Portugal precisa ser vertido na sua publicação científica de maior relevância e projecção."

A uns coube o mérito de percepcionarem um meio em falta para o melhor desenvolvimento e comunicação das ciências da nutrição; a outros, não menos notável, coube o talento de não se deixarem fatigar pela força da inércia, mas sim de acarinharem, ano após ano, e com igual empenho, robustez e capacidade, o que um dia outros iniciaram. É com esta harmonia e união de vontades do génio fundador e da persistência e consistência dos continuadores, que se conseguem grandes feitos.

Numa época em que sobressaem valores como a inovação, o empreendedorismo e a criatividade, é importante notarmos que estes não rimam apenas com individualismo, pois que se tornam meros foguetes efémeros se não forem prosseguidos por outros, menos relevados nos tempos que correm, é certo, mas que urge assumir sem preconceitos, como sejam a constância e a fidelidade às ideias, aos projectos e às pessoas.

O processo de indexação da revista à SciELO - *Scientific Electronic Library Online* teve início em Setembro de 2011, requerendo um notável esforço de adequação aos critérios requeridos para aceitação, verificáveis na avaliação da "qualidade científica" e da "qualidade técnica dos arquivos".

Como resposta à primeira etapa, procedeu-se, entre outras, à abertura institucional do Conselho Científico a novos peritos, através do convite e

mobilização de especialistas de inegável mérito e reconhecimento, conferindo ao mesmo uma composição pluri-disciplinar e que incorpora elementos de origem nacional e internacional. Como resultado, o Conselho Científico é constituído actualmente por um painel de especialistas de diferentes áreas, entre os quais a quase totalidade de Nutricionistas doutorados portugueses, perfazendo mais de 60 revisores, garantindo-se assim um processo de arbitragem por pares e de aprovação dos artigos segundo as metodologias mais exigentes.

A segunda fase, que consiste na adaptação da versão em papel ou online da revista para a sua disponibilização em formato digital, é um processo muito trabalhoso mas praticamente invisível. Contudo, a sua importância é fundamental, viabilizando a pesquisa temática propriamente dita e a atribuição da produção científica aos seus autores, instituições e país de publicação.

Pode a Associação Portuguesa dos Nutricionistas orgulhar-se também de editar uma revista que possibilita a inclusão de artigos bilingue. Este facto, que não é de somenos importância, poderá ser alvo de melhor aproveitamento por investigadores e instituições.

A Revista Nutrícias é uma publicação com características únicas em Portugal e não tem, deve admitir-se, sem com isso beliscar a sua excelência e importância, a atenção e a projecção que merece. As coisas são o que delas fazemos. Por vicissitudes várias – e creio que as principais serão a desatenção e o descuido – ainda não colhe a primazia para publicação de estudos científicos, mormente por parte dos Nutricionistas, sendo preterida por vezes, por publicações de não superior relevância. Ainda não existe uma cultura, que é necessário acarinhar, de as teses de licenciatura, mestrado, doutoramento ou outros estudos serem a sua procedência de alimentação preferencial, perdendo-se como fonte de evidência científica, de referência e até do conhecimento, trabalhos notáveis e a muitos necessários. A promoção da saúde e a sustentabilidade da profissão também passam seguramente por aqui.

Ainda que a divulgação da ciência e o acesso à mesma ocorra a uma escala planetária, são várias as razões que justificam a publicação e consequente divulgação de estudos em publicações nacionais, desde logo pelas particularidades culturais, socioeconómicas, genéticas e ambientais da nossa população. Outro aspecto prende-se com a qualidade do ensino e da prática das ciências da nutrição em Portugal, referente da distinta abrangência que os profissionais da nutrição imprimem no seu desempenho, nem sempre manifestada em trabalhos externos.

Quanto já não se depararam com situações de escassez de informação sobre a prática da nutrição em Portugal, ou com dúvidas sobre a natureza fidedigna e completa de alguns dados, ou dificuldade em encontrar estudos que permitam a comparação e discussão dos resultados encontrados? Pode-se ainda acrescentar o recurso a terminologia importada e não fixada e a observações descontextualizadas e que não espelham a nossa realidade, por inexistência de referências mais ajustadas.

Como resultado de alguma inércia na escrita e partilha do conhecimento, a tomada de decisões político-estratégicas, sociais ou de gestão, esbarra por vezes na falta de dados, evidências e estudos que permitam uma sustentação científica. Por outro lado, é difícil, em circunstâncias particulares, fundamentar a relevância da prática profissional e dos seus resultados e mais-valias, em análises de nível qualitativo e quantitativo, quer por estas serem diminutas ou inexistentes, quer por se encontrarem dispersas.

Não é de garantir a manutenção da Revista Nutrícias que falo, pois isso não se afigura minimamente em risco, mas sim da importância de que se reveste a sua existência. Se cada um dos mais de 1800 Nutricionistas portugueses publicasse um artigo, e considerando-se cinco artigos publicados nos quatro números anuais da Revista Nutrícias, estariam assegurados noventa anos de edições contínuas. São números que valem muito pouco de *per si*, até porque a Revista Nutrícias é uma revista aberta a vários domínios de investigação e de actividade profissional, mas que ajudam a compreender a sua dimensão. Assim, não é o que lhe podemos dar, mas sim o que ela pode e deve representar. O estado do actual desenvolvimento das ciências da nutrição em Portugal precisa ser vertido na sua publicação científica de maior relevância e projecção.

Tivemos a honra e a oportunidade de apresentar a Revista Nutrícias em alguns fóruns científicos e profissionais, de cariz internacional, e podemos dar testemunho do excelente impacto causado, referindo-se à sua qualidade gráfica, de revisores e conteúdos, natureza bilingue e capacidade de distribuição e divulgação, dado tratar-se de uma publicação gratuita.

Talvez que esta data seja também um marco importante para o modo como encaramos a Revista Nutrícias. Ela merece-o e seria uma mais-valia para todos os Nutricionistas e estudiosos das ciências da nutrição.

Parabéns à Associação Portuguesa dos Nutricionistas.



REVISTA NUTRÍCIAS – O FUTURO

Nuno Borges, Director da Revista Nutricias desde 2014

Uma publicação como a Revista Nutricias pode ser encarada como um organismo vivo, do qual conhecemos o passado, acompanhamos o presente e tentamos antecipar o futuro. Este contínuo torna assim difícil falar do futuro sem relembrar o passado e sem viver o presente. O processo de criação desta publicação está muito relacionado com a própria renovação que em boa hora foi feita na Associação Portuguesa dos Nutricionistas, já lá vão 15 anos. A revista que então foi pensada era um veículo de informação da Associação Portuguesa dos Nutricionistas, nela se vertendo os assuntos que mais preocupavam então os Nutricionistas, fossem eles de natureza estritamente científica ou de pendor mais profissional ou associativo. Era, na opinião de muitos, nos quais me incluo, uma belíssima publicação, de aspecto cuidado e impecável acabamento gráfico. Os conteúdos importantes e a visão de lhe proporcionar uma distribuição gratuita e alargada juntaram-se aos argumentos anteriores e granjearam-lhe rapidamente um lugar de destaque no seio das publicações na área da nutrição e alimentação no nosso país. Era uma publicação anual, lançada no decorrer do Congresso de Nutrição e Alimentação, uma outra criação dessa notável geração de Nutricionistas que permitiram à Associação Portuguesa dos Nutricionistas um salto qualitativo assinalável.

O passar dos anos foi moldando o objectivo da Revista Nutricias, tornando-a progressivamente mais vocacionada para os artigos científicos. Não me cabe detalhar essa história, que nestas mesmas páginas pode ser encontrada no artigo de Helena Ávila. Importa apenas referir que, neste processo, a Revista Nutricias ganhou uma periodicidade distinta (trimestral), a edição exclusivamente electrónica de três dos seus quatro números anuais, um sistema de arbitragem por pares para todos os artigos e a indexação na base de referências bibliográficas SciELO. Que grande salto! E que orgulho ter feito parte desta evolução, apesar de todas as dificuldades que um projecto desta dimensão sempre acarreta.

É sobre esta base que podemos projectar o futuro da Revista Nutricias, não deixando de prestar uma simples mas justíssima homenagem a todos quantos contribuíram para este percurso: os seus fundadores, já aqui referidos, os inúmeros colegas que generosamente nos emprestaram o seu conhecimento na revisão dos artigos e os técnicos da Associação Portuguesa dos Nutricionistas que diariamente fazem com que esta publicação seja uma realidade.

Em boa verdade, a Revista Nutricias não tem qualquer futuro! Este nome, que acompanhou a Revista ao longo destes anos, vai ser alterado, fruto do reforço do cariz científico que se pretendeu dar-lhe. Assim, desaparecendo o nome de Revista Nutricias nasce o nome Acta Portuguesa de Nutrição, cuja sigla APN é a mesma da Associação Portuguesa dos Nutricionistas. É pois da Acta Portuguesa de Nutrição que iremos agora falar.

O exercício de previsão do futuro é invariavelmente arriscado e raramente feito de ânimo leve por quem de bom senso. Existem, claro, algum pressupostos que nos dão um mínimo de garantias sobre o que poderemos esperar no curto e médio prazo, mas não mais que isso. Assim, caberá sobretudo neste artigo fazer uma espécie de compromisso com o desenvolvimento futuro da Revista, compromisso este que se espera que se prolongue bem para lá da simples presença daqueles que neste momento têm a responsabilidade de a dirigir. A Associação Portuguesa dos Nutricionistas é um excelente exemplo de como

“Este nome, que acompanhou a Revista ao longo destes anos, vai ser alterado, fruto do reforço do cariz científico que se pretendeu dar-lhe. Assim, desaparecendo o nome de Revista Nutricias nasce o nome Acta Portuguesa de Nutrição (...)”

muitos projectos foram lançados com bases suficientemente sólidas para resistir à mudança das pessoas. Este é o compromisso primordial que assumimos perante os nossos leitores e os associados da Associação Portuguesa dos Nutricionistas, sentimento aliás de que comunga toda a actual direcção em todos os projectos que desenvolve.

E o que projectar para esta publicação? Pretendemos, para já, que mantenha o figurino herdado da Revista Nutrícias, reforçando progressivamente o conjunto de revisores à medida que mais doutorados se vão formando nesta área. A este respeito tem sido notável não só o aumento do seu número (voltaremos a este assunto mais à frente) como a disponibilidade por todos demonstrada em nos ajudar.

Sendo uma revista científica, não é difícil prever que o seu desenvolvimento estará muito ligado ao próprio desenvolvimento da área das ciências da nutrição e da alimentação. É aqui que, obviamente, fica mais difícil fazer previsões sobre o rumo que tomará a Revista, mas ainda assim pode ser interessante fazer um exercício nesse sentido, ainda que puramente especulativo e, por isso, nos antípodas do que se pretende num artigo científico sério.

Conforme foi abordado em anteriores editoriais da Revista Nutrícias, existe actualmente uma tensão latente acerca da nutrição como ciência que nos deve preocupar. Escrevi, em Julho de 2014, o seguinte :

"Insistimos sempre no carácter científico da Revista Nutrícias e na importância deste facto para a prática da Nutrição. A cada dia, a impressionante capacidade dos modernos meios de comunicação coloca desafios aos profissionais ao colocá-los perante "evidência" que pouco ou nada vai buscar à ciência. Esta Revista é para aqueles que continuam a trilhar o exigente caminho da investigação científica, dando-lhes a oportunidade de publicar os seus resultados num suporte indexado, contribuindo assim para a dignificação e para a seriedade das Ciências da Nutrição."

Posteriormente, no n.º 22, acrescentei que *"Todavia, o impacto público de algumas destas descobertas nem sempre é o desejado. A natureza complexa dos novos paradigmas torna difícil a sua transformação em informação simples de transmitir a um público que não só é leigo como carrega muitas vezes consigo informação enviesada sobre nutrição e alimentação. Esta mesma complexidade acaba, no nosso entender, por permitir o aparecimento de mensagens que, tendo pouco ou nenhum rigor técnico, aparecem como atraentes para um público em busca de respostas. Essa atractividade é muitas vezes reforçada pela credibilidade técnica e até estética de quem a transmite, mas sobretudo pela pretensa inovação (que poderíamos mais apropriadamente chamar de bazarria) de alguns dos conceitos apresentados."*

Estas duas porções de texto pretendem revelar uma preocupação que muitos profissionais vão sentindo referente a uma certa forma de abordar a nutrição. Veria com muito bons olhos que a Acta Portuguesa de Nutrição fosse um porto seguro de leitura tecnicamente irrepreensível e de refrescante actualidade. Tem todas as condições para o ser, uma vez que se apresenta com um corpo editorial de elevada formação científica e que abrange as múltiplas áreas de saber relacionadas com a nutrição e alimentação.

As áreas dentro das ciências da nutrição têm também seguido o seu caminho próprio, havendo já quem defenda que deveriam ser criadas áreas de especialidade para os profissionais. Esta discussão está fora do âmbito deste artigo, mas este é um momento propício para olhar para o nosso panorama e tentar perceber quais delas se espera que mais se desenvolvam e, consequentemente, que temas nos trarão os artigos da Acta Portuguesa de Nutrição no futuro. Destacaria aqui os valiosíssimos estudos epidemiológicos com base numa série de coortes portuguesas e coordenados pelo Instituto de Saúde Pública da Universidade do Porto (ISPUP). Será nesta fase excessivamente pretensioso almejar a um índice de impacto que possa rivalizar com as revistas onde estes trabalhos são normalmente publicados. No entanto, ao olhar para a qualidade do planeamento inicial, parecem-nos infinitas as possibilidades de produção científica de qualidade e com grande impacto no nosso conhecimento da realidade, mesmo de resultados aparentemente com menor relevo. Mais ainda, não deverão tardar as repercussões ao nível das

políticas de saúde (e outras) que derivem dos resultados obtidos, completando assim o ciclo virtuoso da investigação científica. A nova Acta Portuguesa de Nutrição, que pretendemos continue a trilhar o seu caminho de publicação científica de referência na área em Portugal, pode assim apresentar-se como um veículo de excelência para a divulgação destes e de outros estudos de igual mérito científico.

Existe também no nosso país uma forte tradição no estudo bioquímico de diversos efeitos de compostos alimentares, nutrientes e outros, em sistemas simples, como modelos animais, culturas de tecidos ou de células. São igualmente trabalhos de grande mérito científico, certamente mais longe de deles podermos extrair conclusões rapidamente convertíveis em políticas de saúde, mas não menos importantes na descoberta da verdade. Tal como o anterior, estes grupos têm ainda o mérito de funcionar como verdadeiras escolas, produzindo cientistas com qualidade ao ritmo da sua incessante busca do conhecimento. Permitir a estes cientistas, tantas vezes jovens e no início das suas carreiras, a publicação de resultados é indiscutivelmente uma missão que gostaria de ver cumprida pela Acta Portuguesa de Nutrição no futuro.

E claro, todas as outras áreas têm também o potencial de desenvolvimento intacto. Olhamos, por exemplo, para a nutrição desportiva e apercebemo-nos do carácter efervescente que actualmente apresenta, com uma vitalidade que em pouco tempo se vai traduzir em mais e melhores publicações, algumas das quais também esperamos ver aqui publicadas.

Há ainda a importante questão dos muitos trabalhos realizados para conclusões de licenciaturas ou mestrados, e que tantas vezes acabam incógnitos, quando nem a sua qualidade nem o esforço extra necessário para o tornar publicável o justificariam. Lançamos aqui um desafio a todos os jovens que estão para concluir esta importante parte da sua formação académica e que tanto investem no seu trabalho de investigação para que publiquem essas descobertas e as tornem parte integrante do gigantesco corpo de conhecimentos hoje ao alcance de todos.

Outro desafio que queremos colocar para os próximos anos é o de tornar a Revista mais internacional, atraindo trabalhos de outros países. Neste aspecto particular, o espaço da América Latina apresenta-se como especialmente atraente, dadas as relações já estabelecidas institucionalmente entre associações e Nutricionistas destes países. A Associação Ibero-Americana de Associações de Nutricionistas, Aliança Ibero-Americana de Nutricionistas, é um organismo onde a Associação Portuguesa dos Nutricionistas tem estado presente e onde tem desenvolvido os contactos que, se espera, tornarão a publicação na Acta Portuguesa de Nutrição uma rotina para os investigadores desta comunidade. Une-nos também um conceito mais uniforme da abrangência da profissão de Nutricionista e das respectivas áreas de actuação, o que torna esta possibilidade de colaboração ainda mais profícua e que poderia ainda resultar na inclusão de cientistas iberoamericanos no corpo editorial da Revista. Porfiaremos neste objectivo nos próximos anos com o inestimável contributo dos responsáveis da Associação Portuguesa dos Nutricionistas que continuam a cultivar estas importantes relações transatlânticas.

E por fim, um objectivo de longo prazo, já muito provavelmente (e desejavelmente, porque a perpetuação das pessoas nos lugares é um mal de que não queremos padecer) para lá do mandato razoável dos actuais responsáveis da Revista: a indexação numa base de dados ainda maior e mais importante, idealmente a PubMed. Impossível nas condições actuais, este objectivo, que podemos também chamar de sonho, seria, acima de tudo, a prova de que o trabalho anterior tinha sido bem feito. Mas não é por esse motivo quase narcisista que o desejamos, mas sim pela possibilidade de ter no nosso país e ao dispor dos nossos cientistas um veículo de divulgação científica de alta qualidade, com impacto global, nessa altura, muito provavelmente, já integralmente escrita em Inglês. Que longo caminho teríamos percorrido desde o primeiro número da Revista Nutrícias! Longo para a Revista, mas longo sobretudo para a comunidade portuguesa de cientistas da área da nutrição e alimentação.

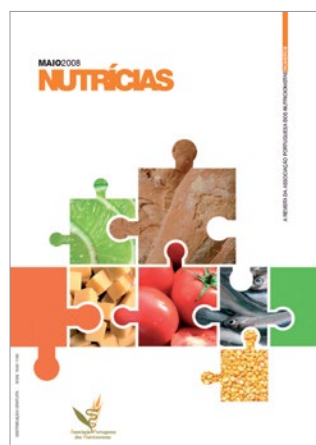
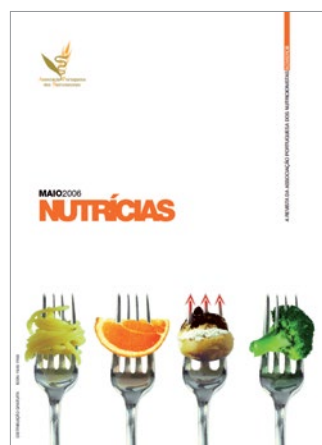
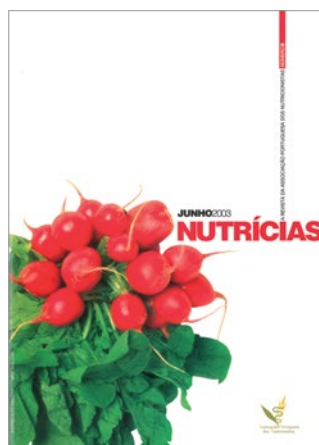
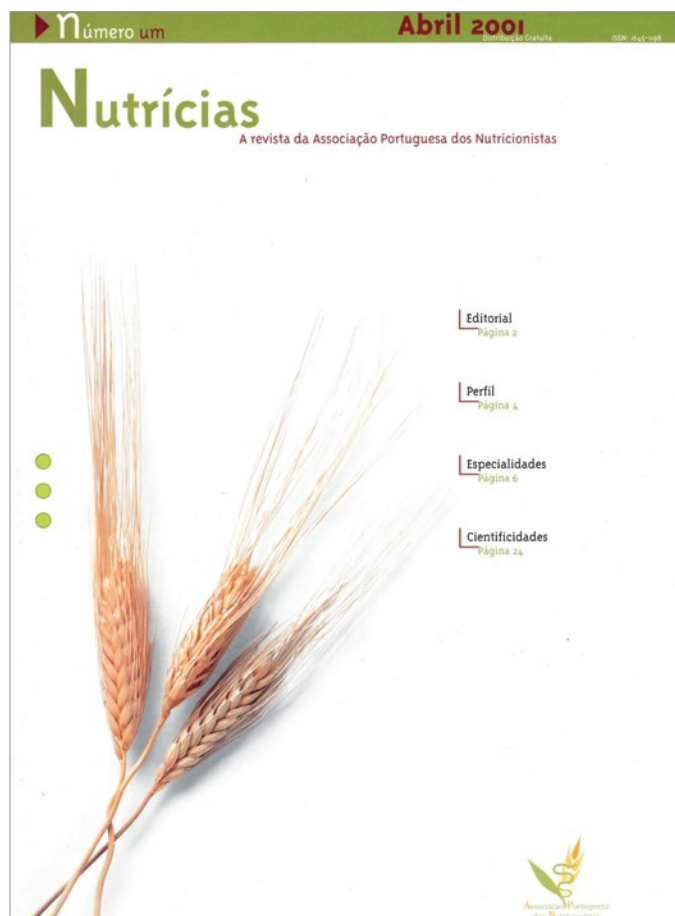
Estou confiante que com o empenho de todos lá chegaremos.

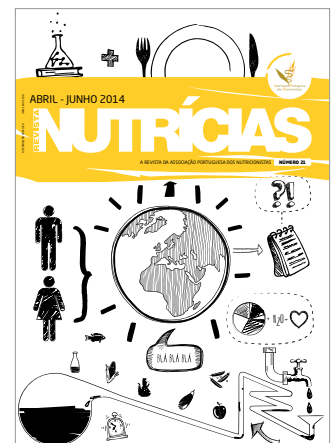
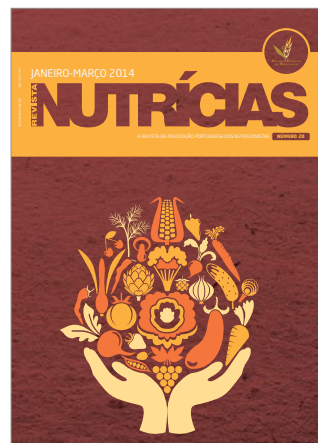
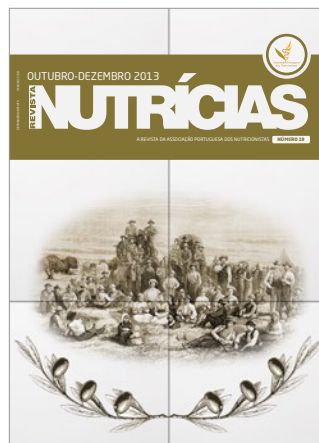
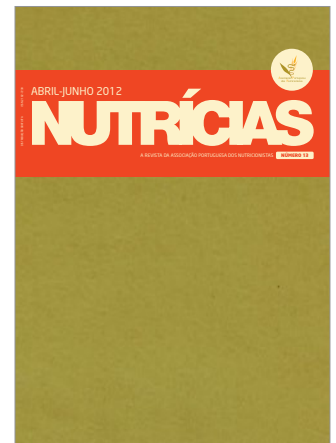
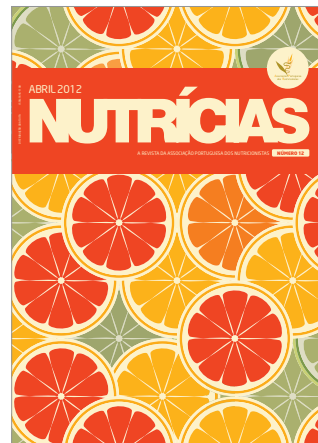
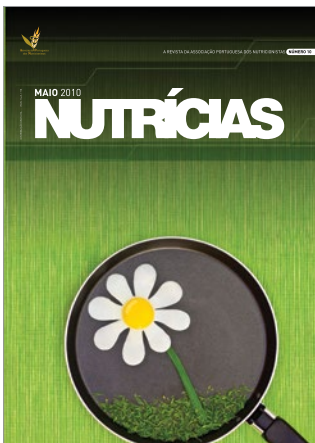
ANO 15, 25 CAPAS

A imagem de uma capa será sempre a responsável pelo primeiro impacto, a qual gerará o interesse inicial de explorar o interior da revista. Desta forma, o processo de selecção de uma capa revela-se complexo, mas paralelamente interessante e aliciante, pois pretende-se atingir, com cada uma, o objectivo de chamar a atenção do leitor e contar em simultâneo uma história, recorrendo-se, para isso, ao talento de quem materializa o idealizado.

Em 15 anos de publicações foram editadas 25 capas, mas muitas outras ficaram para trás, intrincadas no processo de selecção, marcado por escolhas difíceis, gestão de diferentes opiniões, adequação da capa à linha editorial da Revista e do seu conteúdo, culminando naquelas que foram tornadas públicas. Se por um lado a primeira capa apresentava uma espiga, simbolizando o início do trilhar de um caminho que se expectava profícuo, a última capa apresenta uma representação de um *bouquet* em jeito de agradecimento pelo envolvimento de tantos, mas simultaneamente feito com produtos obtidos a partir dos grãos da espiga, simbolizando assim um processo de amadurecimento e sucesso no cumprimento dos objectivos inicialmente propostos... e deixando os ingredientes para aquilo que virá no futuro.

Helena Real
Coordenação Editorial desde 2010





REVISTA NUTRÍCIAS

N.º



Resumos de Palestras, Comunicações Orais e Posters do Congresso de Nutrição e Alimentação

365 N.º de Resumos de Congressos



542 N.º Autores



64 N.º Revisores

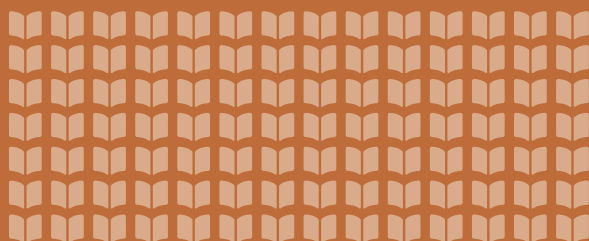
EM NÚM3ROS

1304

N.º Total de Páginas
Publicadas

15

N.º Anos de Publicação
da Revista



4500 N.º de
Exemplares
Impressos

25

N.º Total de Edições
Publicadas

15

N.º Edições
em Papel

10

N.º Edições em
Formato Digital



✦ Benefícios para a saúde
com **Vitamina D** natural



leveduras inovadoras

LALLEMAND

www.vitad.pt

www.lallemand.pt

[www.facebook/Pão Vita D.pt](https://www.facebook.com/PaoVitaD.pt)

[www.facebook/Fermentos Lallemand.pt](https://www.facebook.com/FermentosLallemand.pt)



O Pão e produtos afins tornam-se fontes alimentares diárias de vitamina D – A solução para a deficiência em vitamina D?

A 24 de Junho de 2014, a Autoridade Europeia de Segurança Alimentar (EFSA) concedeu a autorização à Lallemand para comercializar a levedura de panificação (*Saccharomyces Cerevisiae*) rica em Vitamina D para fabrico de pão e produtos afins. A concentração máxima autorizada é de 5 µg de vitamina D2 por 100 g de produto final. Assim, o pão ou outros produtos de panificação fermentados, tornam-se agora novas fontes alimentares diárias de Vitamina D sempre que sejam preparados com a levedura de panificação Activa Vita D. A nível mundial, esta é a primeira levedura rica em vitamina D de origem natural.

De acordo com o **Dr. Christel Lamberg –Allardt**, Professor de Nutrição e director do Departamento de Ciências Alimentares e do meio Ambiente na Universidade de Helsínquia (Finlândia) - um especialista em vitamina D reconhecido a nível internacional na elaboração de políticas nutricionais europeias: *“Pelo menos 30% dos europeus têm carência de Vitamina D, mas alguns cientistas acreditam que essa percentagem é ainda maior. A principal fonte de vitamina D é a exposição solar. Mas agora, ao contrário do que acontecia antes, a população mundial tem um estilo de vida mais dentro de casa e utiliza protectores solares quando se expõe ao sol. Adicionalmente, a localização geográfica - baixos níveis de UVB às latitudes mais elevadas (acima dos 40º N) - pode condicionar a capacidade do corpo para produzir vitamina D a partir da luz solar. Assim, é crucial adquirir vitamina D através de fontes alimentares, mas existem poucas fontes naturais. Os pães poderiam ser uma forma adicional de aumentar a ingestão de vitamina D e assim combater a carência desta vitamina”*.

Jean Chagnon, CEO e Presidente da Lallemand Inc. comentou que *“Uma vez que muitos europeus não têm os níveis adequados de vitamina D, são necessárias novas fontes alimentares. A aprovação da EFSA dá agora à indústria de panificação uma oportunidade de ouro para oferecer uma solução para este problema. As leveduras de panificação da Lallemand são uma fonte de origem natural e vegetariana de vitamina D. Isto permite que os industriais de panificação possam melhorar de uma forma fácil e eficaz o conteúdo de vitamina D nos produtos que oferecem aos seus clientes. O pão em particular, pode ter um impacto muito positivo na ingestão deste nutriente ao tornar-se “uma fonte alimentar diária de Vitamina D”*.

Para ler o poster do estudo **“A levedura de panificação Lallemand VitaD é uma fonte alimentar de vitamina D tal como os suplementos desta vitamina”**, visite <http://www.lallemand.com/vitaminD/studyFinland.pdf>

LALLEMAND



LALLEMAND

As nossas **LEVEDURAS**
são as **ÚNICAS** produzidas
em **PORTUGAL**



activa

activa Vital 

laPARISIENNE

EXPERTA

jacto

levaReal

crema
FERM

fermipan

Instaferm

leveduras inovadoras

LALLEMAND

No melhor laboratório nascem as melhores leveduras



www.lallemand.com

Os **Lallemand Inc. R&D Laboratories** de Montreal no Quebec, Canadá, estão altamente especializados no desenvolvimento e selecção de microrganismos para aplicação subsequente nas indústrias alimentar e farmacêutica. Tudo começa ali. Uns poucos gramas de células de *Saccharomyces cerevisiae*, viajam dentro de tubos de ensaio desde o Canadá até às nossas 16 fábricas situadas na União Europeia, América do Norte e África do Sul. E aqui, em instalações sofisticadas, num meio aquoso com abundante oxigénio e nutrientes, deixamos que as diferentes estirpes de leveduras de panificação se propaguem de forma natural por mitose celular. Só assim conseguimos a excelente reputação de **leveduras de qualidade, frescas e secas instantâneas para panificação**, assim como outras especialidades que diferenciam a Lallemand. Tudo começa ali.

activa

activa Vita 

jado

laPARISIENNE

levaReal

EXPERTA

fermipan

Instaferm

crema
FERM

LALLEMAND

www.lallemand.com
265 730 030

leveduras inovadoras.

INVESTIGAR NUTRIÇÃO EM PORTUGAL: INDEXAÇÃO DA REVISTA CIENTÍFICA

Conceição Calhau

Nutricionista

Professora, Faculdade de Medicina da Universidade do Porto
Investigadora ProNutri, CINTESIS, Universidade do Porto



Os cientistas fazem ciência, fazem investigação científica. Para tal, usam o método científico. Fazem perguntas, colocando hipóteses, e pretendem encontrar respostas. A pertinência dos resultados leva a avanços na investigação. Os cientistas têm ideias que, em geral, constituem avanços, sempre em relação ao estado da arte, dos conhecimentos, do momento. Assim, cresce o conhecimento científico, assim é possível, nas áreas das ciências da saúde, e, em concreto nas da nutrição, avançar com estratégias de prevenção, de diagnóstico e de tratamento, baseadas na evidência.

Depois da pergunta e da resposta que o cientista foi capaz de construir, não deve em si mesmo encerrar esse saber e, deve divulgar. Só com a divulgação permitirá que os seus pares, e não só, tomem conhecimento dos seus contributos para os avanços em determinada área. A publicação gera Divulgação e Ampliação. Primeiramente, a escrita de divulgação dos avanços científicos era não formal, e era de reduzido alcance. Em 1665, surge a primeira revista científica *Philosophical Transactions of the Royal Society*.

Quando pensar no processo de escrita? Quando a pergunta inicial foi respondida? Assim, o processo passa pela ideia (hipótese), a implementação da investigação (do método científico) que gera resultados, surgindo novas ideias (a novidade) que necessitam de ser publicadas. O *timing* para publicar carece também de muita razoabilidade. Não devemos esperar de mais, nem devemos precipitar a intenção de publicação com resultados ainda insuficientes.

No momento da escrita do texto científico que se pretende divulgar, percebe-se que se trata duma escrita com algumas particularidades linguísticas. Não é ficção nem poesia. A escrita científica é um género literário com identidade – uma escrita clara e concisa, fazendo chegar a mensagem de forma eficiente. Uma das importantes particularidades deste género literário é a referência. Nenhum outro estilo literário tem a obrigatoriedade de referenciar os artigos onde está a ideia que se pretende citar (cuidado, devemos citar a ideia e não o texto original).

A escolha da revista constitui também uma decisão não menos importante no processo de divulgação. Pesando múltiplos factores. Um deles poderá ser a indexação, ou não, da revista.

Actualmente, na área da nutrição, existe uma panóplia de revistas científicas de interface com a bioquímica, com o metabolismo, com a toxicologia, com a farmacologia, com a patologia, com a fisiologia, com a psicologia, com a neurofisiologia - desde revistas mais clínicas às revistas de investigação básica e, de translação. Em geral, todas com impacto na área das ciências da saúde. A publicação na Acta Portuguesa de Nutrição terá a vantagem de reconhecermos a sua história e, sobretudo a sua sempre fidelidade às ciências da nutrição em todas as suas vertentes de investigação e aplicação. O seu nascimento, fruto da fertilidade da Associação Portuguesa dos Nutricionistas, e o perfil do corpo de editores, dará à revista o reconhecimento e confiança merecidos.

A indexação permite, com maior eficácia, a ampliação da divulgação. A visibilidade dos artigos publicados em revistas indexadas é indiscutivelmente

maior, permitindo ainda divulgar e disseminar nacional e internacionalmente a produção científica. A possibilidade de manter o registo (para futura memória) facilita a consulta por indicadores específicos de produção científica. A indexação desta Revista permite aumentar o alcance da divulgação internacional da produção científica nacional na área das ciências da nutrição.

A originalidade dos resultados, e sobretudo o impacto destes, contribui para o impacto da revista. Desta forma, a escolha dos investigadores nacionais em publicar na Acta Portuguesa de Nutrição poderá ser também um incentivo à divulgação e à priorização da investigação nacional, de forma mais concertada. Entende-se que o caminho para identificação da importância da investigação que se faz em Portugal nesta área estará assim facilitada.

O impacto duma publicação científica pode ser avaliado analisando o factor de impacto da revista onde é publicado, no entanto nem sempre se traduz, na prática, em impacto real. Ou seja, publicar numa revista de elevado factor de impacto, pressupõe que se trata duma revista científica muito citada pelos pares. Não significa necessariamente que o seu trabalho, em particular, vá ser muitas vezes citado, ou sequer, que vá ser citado. A real avaliação do impacto da investigação científica reside no número de vezes que o trabalho é citado. No entanto, também esta matéria poderá ser frágil, sobretudo se trabalharmos em áreas muito solitárias, em que poucos são os pares que se interessam no assunto, não significando, portanto, que o artigo tenha pouco interesse ou impacto.

É da responsabilidade do corpo editorial manter a periodicidade e regularidade da publicação, submeter os artigos enviados para análise (revisão) aos pares (*peer review*) e ainda fomentar a internacionalidade da revista, globalizando-a, com a publicação dos textos em língua inglesa. As regras para publicação, os critérios de selecção e de revisão devem ser rigorosos, estarem explícitos e detalhados. É da responsabilidade dos autores, investigadores nacionais (e internacionais), cumprir as premissas do método científico, publicar avanços originais, que foram alcançados usando as metodologias mais adequadas e numa linguagem clara e concisa e, bem referenciada.

O investigador que optar, em qualquer momento, por publicar os seus avanços numa revista internacional, de alto impacto na área, deve, sempre que possível, referenciar artigos da Acta Portuguesa de Nutrição, o que irá contribuir, desta forma, para o seu impacto. O índice de impacto duma revista num dado ano é calculado somando o número de citações dos artigos publicados nos dois anos anteriores, dividindo o resultado pelo total de artigos publicados nesses dois anos (não considerando para este total os editoriais e cartas aos editores). Na área da nutrição em Portugal esta deverá, e será certamente, se não a única, a mais importante revista científica. A indexação, num futuro não muito longínquo, deverá permitir a excelência da nossa investigação.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Day RA, Gastel B. How to write & publish a scientific paper. Cambridge, UK: Cambridge University Press; 2012.

ACTA PORTUGUESA DE NUTRIÇÃO

A REVISTA DA ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DOS NUTRICIONISTAS



01

Abr. Jun. '15
Distribuição Gratuita
ISSN: 0000-0000

A Acta Portuguesa de Nutrição é uma revista de índole científica e profissional, propriedade da Associação Portuguesa dos Nutricionistas (APN), que tem o propósito de divulgar trabalhos de investigação ou de revisão na área das ciências da nutrição para além de artigos de carácter profissional, relacionados com a prática profissional do Nutricionista. Esta Revista dá continuidade ao trabalho iniciado pela Revista Nutricias, lançada em 2001 pela APN.

Tem periodicidade trimestral, com uma edição em papel (Abril-Junho) e as restantes em formato exclusivamente digital e disponibilizadas no website da APN. É distribuída gratuitamente junto dos associados da APN, instituições da área da saúde e nutrição e empresas agro-alimentares. São aceites para publicação os artigos que respeitem os seguintes critérios:

- Apresentação de um estudo científico actual e original ou uma revisão bibliográfica de um tema ligado à alimentação e nutrição; apresentação de um caso clínico; ou um artigo de carácter profissional com a descrição e discussão de assuntos relevantes para a actividade profissional do Nutricionista.

- Artigos escritos em português (sem o Acordo Ortográfico de 1990) ou Inglês.

Os artigos devem ser remetidos para a APN, via e-mail, para actaportuguesadenutricao@apn.org.pt, acompanhados por:

- Carta enviada ao Director da Revista com o pedido de publicação do artigo (modelo em www.apn.org.pt);

- Uma declaração de originalidade dos temas/estudos apresentados (modelo em www.apn.org.pt);

REDACÇÃO DO ARTIGO

Serão seguidas diferentes normas de publicação de acordo com o tipo de artigo:

1. Artigos originais

2. Artigos de revisão

3. Casos Clínicos

4. Artigos de carácter profissional

1. ARTIGOS ORIGINAIS

O número de páginas do artigo (incluindo o texto, referências bibliográficas e as figuras, gráficos e tabelas e excluindo a página de título) não deve ultrapassar as 10 páginas e deve ser escrito em letra Arial, tamanho 12, espaçamento entre linhas 1,5, margens normais e com indicação de número de linha na margem lateral.

O artigo de investigação original deve apresentar-se estruturado pela seguinte ordem:

Página de título e instituições

- 1.º Título; 2.º Autor(es); 3.º Morada e contacto do autor de correspondência;

Texto

- 4.º Resumo; 5.º Palavras-Chave; 6.º Introdução; 7.º Objectivo(s); 8.º Metodologia; 9.º Resultados; 10.º Discussão dos resultados; 11.º Conclusões;
- 12.º Agradecimentos (facultativo); 13.º Referências Bibliográficas; 14.º Figuras, gráficos, tabelas e respectivas legendas.

1.º Título

O título do artigo deve ser o mais sucinto e explícito possível, não ultrapassando as 15 palavras. Não deve incluir abreviaturas. Deve ser apresentado em Português e em Inglês.

2.º Autor(es)

Deve ser apresentado o primeiro e o último nome de todos os autores, assim como a instituição a que pertencem e onde se desenvolveu o trabalho, conforme o exemplo apresentado abaixo.

Exemplo: Adelaide Rodrigues¹, Mariana Silva²

¹Serviço de Nutrição, Hospital de S. João, Porto, Portugal

²Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Porto, Portugal

3.º Morada e contacto do autor de correspondência

A morada e os contactos (telefone e e-mail) do primeiro autor ou do autor responsável pela correspondência devem ser também indicados.

4.º Resumo

O resumo poderá ter até 300 palavras, devendo ser estruturado em Introdução, Objectivos, Métodos, Resultados e Conclusões. Deve ser apresentado em Português e em Inglês.

5.º Palavras-Chave

Indicar uma lista por ordem alfabética com um máximo de seis palavras-chave do artigo. Deve ser apresentada em Português e em Inglês.

6.º Introdução

A introdução deve incluir de forma clara os conhecimentos anteriores sobre o tópico a abordar e a fundamentação do estudo.

As abreviaturas devem ser indicadas entre parêntesis no texto pela primeira vez em que foram utilizadas.

As unidades de medida devem estar de acordo com as normas internacionais.

As referências bibliográficas devem ser colocadas ao longo do texto em numeração árabe, entre parêntesis.

7.º Objectivo(s)

Devem ser claros e sucintos, devendo ser respondidos no restante texto.

8.º Metodologia

Deve ser explícita e explicativa de todas as técnicas, práticas e métodos utilizados, devendo fazer-se igualmente referência aos materiais, pessoas ou animais utilizados e qual a referência temporal em que se realizou o estudo/pesquisa e a análise estatística nos casos em que se aplique. Os métodos utilizados devem ser acompanhados das referências bibliográficas correspondentes.

9.º Resultados

Os resultados devem ser apresentados de forma clara e didáctica para uma fácil percepção. Deve fazer-se referência às figuras, gráficos e tabelas, indicando o respectivo nome e número árabe e entre parêntesis. Ex: (Figura 1). Não deverá ser excedido um limite de 6 representações no total de figuras, gráficos e tabelas.

10.º Discussão dos resultados

Pretende-se apresentar uma discussão dos resultados obtidos, comparando-os com estudos anteriores e respectivas referências bibliográficas, indicadas ao longo do texto através de número árabe entre parêntesis. A discussão deve ainda incluir as principais limitações e vantagens do estudo e as suas implicações.

11.º Conclusões

De uma forma breve e elucidativa devem ser apresentadas as principais conclusões do estudo. Devem evitar-se afirmações e conclusões não baseadas nos resultados obtidos.

12.º Agradecimentos

A redacção de agradecimentos é facultativa.

Se houver situações de conflito de interesses devem ser referenciados nesta secção.

13.º Referências Bibliográficas

Devem ser numeradas por ordem de citação ou seja à ordem de entrada no texto, colocando-se o número árabe entre parêntesis.

A indicação das referências bibliográficas no final do artigo deve ser apresentada segundo

o estilo Vancouver.

Devem citar-se apenas artigos publicados (incluindo os aceites para publicação "in press") e deve evitar-se a citação de resumos ou comunicações pessoais.

Devem rever-se cuidadosamente as referências antes de enviar o manuscrito.

14.º Figuras, gráficos, tabelas e respectivas legendas

Ao longo do artigo a referência a figuras, gráficos e tabelas deve estar bem perceptível, devendo ser colocada em número árabe entre parêntesis.

Estas representações devem ser colocadas no final do documento, a seguir às referências bibliográficas do artigo, em páginas separadas, e a ordem pela qual deverão ser inseridos terá que ser a mesma pela qual são referenciados ao longo do artigo.

As legendas deverão aparecer por cima das figuras, gráficos ou tabelas, referenciando-se com numeração árabe (ex: Figura 1). Devem ser o mais explícitos possível, de forma a permitir uma fácil interpretação do que estiver representado. No rodapé da representação deve ser colocada a chave para cada símbolo ou sigla usados na mesma.

O tipo de letra a usar nestas representações e legendas deverá ser Arial, de tamanho não inferior a 8.

2. ARTIGOS DE REVISÃO

O número de páginas do artigo (incluindo o texto, referências bibliográficas e as figuras, gráficos e tabelas e excluindo a página de título) não deve ultrapassar as 12 páginas e deve ser escrito em letra Arial, tamanho 12, espaçamento entre linhas 1,5, margens normais e com indicação de número de linha na margem lateral.

Caso o artigo seja uma revisão sistemática deve seguir as normas enunciadas anteriormente para os artigos originais. Caso tenha um carácter não sistemático deve ser estruturado de acordo com a seguinte ordem:

Página de título e instituições

- 1.º Título; 2.º Autor(es); 3.º Morada e contacto do autor de correspondência;

Texto

- 4.º Resumo; 5.º Palavras-Chave; 6.º Texto principal; 7.º Análise crítica; 8.º Conclusões;
- 9.º Agradecimentos (facultativo); 10.º Referências Bibliográficas; 11.º Figuras, gráficos, tabelas e respectivas legendas.

Os pontos comuns com as orientações referidas anteriormente para os artigos originais deverão seguir as mesmas indicações.

6.º Texto principal

Deverá preferencialmente incluir subtítulos para melhor percepção dos vários aspectos do tema abordado.

7.º Análise crítica

Deverá incluir a visão crítica do(s) autor(es) sobre os vários aspectos abordados.

3. CASOS CLÍNICOS

O número de páginas do artigo (incluindo o texto, referências bibliográficas e as figuras, gráficos e tabelas e excluindo a página de título) não deve ultrapassar as 8 páginas e deve ser escrito em letra Arial, tamanho 12, espaçamento entre linhas 1,5, margens normais e com indicação de número de linha na margem lateral.

Considera-se um caso clínico um artigo que descreva de forma pormenorizada e fundamentada um caso cuja publicação se justifique tendo em conta a sua complexidade, diagnóstico, raridade, evolução ou tipo de tratamento diferenciado.

Estes artigos devem ser estruturados pela seguinte ordem:

Página de título e instituições

- 1.º Título; 2.º Autor(es); 3.º Morada e contacto do autor de correspondência;

Texto

- 4.º Resumo; 5.º Palavras-Chave; 6.º Introdução; 7.º Descrição do Caso Clínico; 8.º Análise crítica; 9.º Conclusões; 10.º Agradecimentos (facultativo); 11.º Referências Bibliográficas; 12.º Figuras, gráficos, tabelas e respectivas legendas.

Os pontos comuns com as orientações referidas anteriormente para os artigos originais deverão seguir as mesmas indicações.

7.º Descrição do Caso Clínico;

Deve ser explícita e explicativa de todos os aspectos que caracterizem o caso clínico, baseado em casos reais, mas sem referência directa ao indivíduo apresentado. Apenas deverão ser indicados dados meramente exemplificativos ou vagos (ex: indivíduo A).

4. ARTIGOS DE CARÁCTER PROFISSIONAL

O número de páginas do artigo (incluindo o texto, referências bibliográficas e as figuras, gráficos e tabelas e excluindo a página de título) não deve ultrapassar as 8 páginas e deve ser escrito em letra Arial, tamanho 12, espaçamento entre linhas 1,5, margens normais e com indicação de número de linha na margem lateral.

Nesta categoria inserem-se os artigos que visem uma abordagem ou opinião sobre um determinado tema, técnica, metodologia ou actividade realizada no âmbito da prática profissional do Nutricionista.

Estes artigos devem ser estruturados pela seguinte ordem:

Página de título e instituições

- 1.º Título; 2.º Autor(es); 3.º Morada e contacto do autor de correspondência;

Texto

- 4.º Resumo; 5.º Palavras-Chave; 6.º Texto principal; 7.º Análise crítica; 8.º Conclusões;
- 9.º Agradecimentos (facultativo); 10.º Referências Bibliográficas; 11.º Figuras, gráficos, tabelas e respectivas legendas.

As orientações destes pontos foram referidas anteriormente nos pontos 1 e 2.

TRATAMENTO EDITORIAL

Aquando da recepção todos os artigos serão numerados, sendo o dito número comunicado aos autores e passando o mesmo a identificar o artigo na comunicação entre os autores e a Revista. Os textos, devidamente anonimizados, serão então apreciados pelo Conselho Editorial e pelo Conselho Científico da Revista, bem como por dois elementos de um grupo de Revisores indicados pelos ditos Conselhos.

Na sequência da citada arbitragem, os textos poderão ser aceites sem alterações, rejeitados ou aceites mediante correcções, propostas aos autores. Neste último caso, é feito o envio das alterações propostas aos autores para que as efectuem dentro de um prazo estipulado. A rejeição de um artigo será baseada em dois pareceres negativos emitidos por dois revisores independentes. Caso surja um parecer negativo e um parecer positivo, a decisão da sua publicação ou a rejeição do artigo será assumida pelo Editor da Revista. Uma vez aceite o artigo para publicação, a revisão das provas da Revista deverá ser feita num máximo de três dias úteis, onde apenas é possível fazer correcções de erros ortográficos.

No texto do artigo constarão as indicações relativas à Data de Submissão e à Data de Aprovação para Publicação do Artigo.

A Revista Nutrícias é disponibilizada gratuitamente a:

Administrações Regionais de Saúde
Associações Científicas e Profissionais na área da Saúde
Associados da Associação Portuguesa dos Nutricionistas
Câmaras Municipais
Centros de Saúde
Direcções Regionais de Educação
Empresas de Restauração Colectiva
Hospitais
Indústria Agro-Alimentar
Indústria Farmacêutica
Instituições de Ensino Superior na área da Saúde
Juntas de Freguesia
Ministérios
Misericórdias Portuguesas

Patrocinador oficial desta edição:

Lallemand

Imagem Capa:

Massas cedidas pela Milaneza

Styling e produção: snap creative team

A publicidade não tem necessariamente o aval científico da
Associação Portuguesa dos Nutricionistas.

No site www.apn.org.pt poderá consultar e efectuar *download* da Revista Nutrícias.





ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DOS NUTRICIONISTAS

Rua João das Regras, n.º 284, R/C 3, 4000-291 Porto
Tel.: +351 22 208 59 81 / Fax: +351 22 208 51 45

geral@apn.org.pt | www.apn.org.pt
www.facebook.com/associacaoportuguesanutricionistas