



## PERCEPÇÃO GUSTATIVA DE MULHERES PARTICIPANTES DE GRUPOS DE CONVIVÊNCIA

Larissa Martello Tieppo (BIC-UCS), Cátia dos Santos Branco , Josiane Siviero (Orientador(a))

O paladar é formado por células gustativas, as quais são responsáveis por identificar a intensidade e qualidade dos cinco sabores básicos: doce, salgado, amargo, azedo e umami. A sensibilidade do paladar pode ser parcialmente perdida (hipogeusia) ou totalmente perdida (ageusia) e quando ocorre prejuízo na sensação gustativa, alguns indivíduos podem comer menos, resultando em perda de peso e outros podem comer mais, refletindo no aumento do peso. No Brasil, o envelhecimento é caracterizado por indivíduos com idade igual ou superior à 60 anos. Associado ao processo de envelhecimento, o sistema sensorial também pode ser prejudicado. Tendo em vista que as pessoas idosas manifestam perdas nas funções gustativas, a percepção do sabor doce e/ou salgado podem ser afetadas, levando ao aumento destes ingredientes à refeições ou levando o indivíduo à escolher produtos ricos em açúcar e/ou sal. Sendo considerada uma população com elevadas taxas de expectativa de vida, é fundamental a implementação de ações que visem a promoção da saúde e a prevenção de doenças. O objetivo foi avaliar a percepção gustativa de mulheres participantes de grupos de convivência. Trata-se de um estudo transversal, de caráter experimental realizado no período de outubro de 2019, com mulheres residentes na cidade de Antônio Prado, RS e que participavam ativamente de grupos de convivência. Este estudo realizou-se em duas etapas por meio de entrevistas individuais. Em um primeiro momento foram avaliadas as medidas antropométricas e aplicados os questionários sociodemográfico e de apetite. E posteriormente, foi realizado o teste de percepção gustativa entre as participantes. Onde foram verificadas as percepções dos sabores salgado e doce com soluções aquosas com a seguinte concentração: salgada= 1g de sal/100 ml contendo 0,4 g de sódio; 2 g de sal/100ml contendo 0,8 g de sódio e 4g de sal/100ml contendo 1,6 g de sódio; e doce= 1g de açúcar/100ml contendo 1 g de sacarose; 2 g de açúcar contendo 2 g de sacarose e 4 g de açúcar contendo 4 g de sacarose. Todos os testes foram realizados em triplicada. Os resultados foram analisados com o software SPSS. Amostra foi obtida por conveniência, sendo composta por 27 mulheres (15 idosas com idade média de  $69,93 \pm 0,06$ ) e (12 adultas com média de idade de  $47,58 \pm 7,91$ ) ( $p=0.0001$ ). A maioria das mulheres participantes do estudo apresentaram risco muito aumentado para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares. Em relação à percepção dos sabores, encontrou-se que as idosas tiveram menos sensibilidade para o sabor doce no teste de percepção gustativa ( $p=0,001$ ;  $p=0,028$ ). As mulheres idosas apresentaram uma menor sensibilidade gustativa para o sabor doce quando comparadas com as mulheres adultas, não tendo diferença para o sabor salgado. Ressalta-se a importância de mais estudos nesta área, considerando a importância que a sensibilidade aos sabores possui influenciando na escolha de alimentos e na qualidade de vida das mulheres.

Palavras-chave: Mulheres, Percepção gustativa, Apetite

Apoio: UCS, outros