

## PERFIL NUTRICIONAL DE INDIVÍDUOS ATENDIDOS NO CONSULTÓRIO DE NUTRIÇÃO DA UNICRUZ

STÜRMER, Jaqueline<sup>1</sup>; SILVA, Bruna Alves da<sup>1</sup>; SEIBEL, Raquel<sup>1</sup>; ROSA, Carolina Böettge<sup>2</sup>.

**Palavras-Chave:** Assistência em nutrição. Avaliação antropométrica. Educação alimentar. Estado nutricional.

A demanda por orientação alimentar tem crescido significativamente tanto na rede básica de saúde, quanto em clínicas e consultórios, face ao diagnóstico precoce das doenças crônicas (DCNT) e ao reconhecimento da influência da alimentação sobre elas. A nutrição adequada é essencial para o bem-estar de qualquer sociedade ou indivíduo. A pouca variedade, os desequilíbrios na qualidade e na quantidade de alimentos disponíveis, assim como o padrão irregular de ingestão alimentar, podem afetar profundamente a saúde. O consultório do Curso de Nutrição tem como objetivo prestar assistência nutricional especializada, nas diferentes patologias e faixas etárias, detectando e tratando problemas relacionados à alimentação. Trata-se de um PIBEX, com atendimentos destinados aos funcionários da UNICRUZ e realizados por acadêmicos (que já cursaram as disciplinas de base para as atividades desenvolvidas), supervisionados por um professor nutricionista. Para o atendimento individual, cada participante é avaliado através dos seguintes métodos: anamnese sociocultural, avaliação alimentar e antropométrica. Após, são prescritas as atividades de intervenção, sendo elas: dieta, orientação e educação nutricional. No semestre de 2011/01, foram atendidos 43 indivíduos, sendo 23,2% do sexo masculino (n= 10) e 76,7% do sexo feminino (n=33). A média de idade foi de 27 anos ( $\pm 9,95$ ), variando entre 19 e 57 anos. Como principal motivo para a consulta, 65% dos pacientes relatou a perda de peso (n=28), seguido de educação alimentar e manutenção da saúde. Apenas 39,5% dos atendidos já haviam feito atendimento nutricional anteriormente (n=17). Verificou-se que 51% praticam atividade física (n= 22), em média 2x/semana, com duração de 1h, porém muitos referem ter começado recentemente. As principais patologias apresentadas foram: dislipidemias em 14% dos atendidos (n=6), 11,6% com diabetes mellitus (n=5) e hipertensão arterial em 9,3% (n=4). Em muitos destes casos, as patologias estavam associadas. O Índice de Massa Corpórea (IMC) médio encontrado foi de 26Kg/m<sup>2</sup> ( $\pm 4,73$ ), considerado indicador de sobrepeso para adultos. De acordo com o IMC, 39,5% dos pacientes foram considerados eutróficos (n=17), 37,2% sobrepeso (n=16), 2,32% com baixo peso (n=1), 16,27% obesidade grau I (n=7) e 4,65% apresentando obesidade grau II (n=2). A circunferência abdominal (CA), medida preditora de risco para doenças cardiovasculares, foi em média de 89cm ( $\pm 13$ cm), o que demonstra risco aumentado para mulheres, pois 60% (n=20) apresentaram CA maior que 80cm. A média do percentual de gordura foi de 29,3% ( $\pm 7,6$ ), considerado elevado para ambos os sexos (homens 15%; mulheres 23%). A média de perda de peso foi de 1,5Kg/mês, demonstrando adesão moderada ao tratamento. A avaliação nutricional é um método diagnóstico capaz de identificar alterações alimentares e determinar o estado nutricional de indivíduos, para que se estabeleçam condutas de manutenção ou recuperação dos mesmos. Frente à forte relação do estado nutricional com a saúde e a doença, combinada com o aumento do interesse público e profissional, existe grande necessidade de proficiência nesta área. Além disso, uma alimentação variada e balanceada, a prática regular de exercícios físicos, o controle do estresse e a adoção de um comportamento preventivo são componentes da categoria estilo de vida, que podem ser modificados para viver melhor, com qualidade.

<sup>1</sup> Acadêmicas do Curso de Nutrição da UNICRUZ. Bolsistas PIBIC e PIBEX do Grupo Interdisciplinar de Estudos do Envelhecimento Humano (GIEEH). [jaque\\_sturmer@hotmail.com](mailto:jaque_sturmer@hotmail.com)

<sup>2</sup> Professora do Curso de Nutrição da UNICRUZ. Orientadora do trabalho. [carolboettge@gmail.com](mailto:carolboettge@gmail.com)