

IMPACTO DO ATENDIMENTO NOS HÁBITOS ALIMENTARES DE USUÁRIOS ATENDIDOS NO AMBULATÓRIO DE NUTRIÇÃO CLÍNICA

Kathleen Susan de Oliveira Meus¹

Leticia Gomes Ferreira²

Rodrigo Martins Da Silva³

Vanessa Retamoso⁴

Ana Leticia Vargas Barcelos⁵

Karina Sanches Machado Dalmeida⁶

Resumo:

O presente estudo teve como objetivo avaliar o impacto do atendimento nos hábitos alimentares de usuários atendidos no projeto de extensão do Ambulatório de Nutrição Clínica do curso de Nutrição, da Unipampa, campus de Itaqui/RS. Esse estudo foi realizado no Ambulatório de Nutrição Clínica, vinculado ao Curso de Nutrição da UNIPAMPA/Campus Itaqui, que funciona desde 2012, e fornece tratamento gratuito para os moradores da cidade, que procuram por atendimento nutricional por demanda espontânea ou por encaminhamento médico. As consultas são realizadas por alunos do curso de Nutrição, sob a supervisão dos professores e nutricionista, com ênfase em uma alimentação balanceada, orientações sobre o consumo de alimentos diários, de modo a promover a saúde ou auxiliar no tratamento de doenças. O levantamento de dados foi feito por meio dos prontuários dos pacientes atendidos no Ambulatório de Nutrição, no período de abril à julho de 2018. Foram incluídos no estudo prontuários dos pacientes com idade de 18 anos, que tenham sido acompanhados até o ano de 2018. Foram analisados prontuários desde o ano de 2014 que tivessem acompanhamento até o ano de 2018. A idade da população estudada variou entre 21 e 72 anos, sendo a média encontrada $46,8 \pm 12,5$. As comorbidades mais frequentes entre os pacientes atendidos no ambulatório de Nutrição Clínica, sendo inicialmente a Hipertensão arterial, seguida de Diabetes Mellitus e dislipidemias. Em relação ao funcionamento intestinal, a maioria dos usuários atendidos no ambulatório referiu trânsito intestinal normal. Porém 15,6% relatou ter constipação, o que pode estar relacionado com o baixo consumo de fibras (saladas cruas, legumes e verduras, frutas frescas e leguminosas). Os resultados encontrados nesse estudo mostraram-se eficazes quanto às mudanças dos hábitos alimentares nos pacientes atendidos no projeto de extensão do Ambulatório de Nutrição Clínica. Uma vez que a obesidade e sobrepeso constituem um problema de saúde pública, torna-se assim importante intervir para que haja mudanças alimentares, para prevenir o agravamento dessas doenças. Por isso, é necessária uma intervenção nutricional contínua e efetiva para promover desta forma uma alimentação nutricional saudável entre a comunidade externa que procura por este serviço fornecido pela Unipampa.

Palavras-chave: atendimento individual, promoção da saúde, alimentação saudável

Modalidade de Participação: Iniciação Científica

IMPACTO DO ATENDIMENTO NOS HÁBITOS ALIMENTARES DE USUÁRIOS ATENDIDOS NO AMBULATÓRIO DE NUTRIÇÃO CLÍNICA

¹ Aluno de graduação. kathleen.meus@gmail.com. Autor principal

² Aluno de Graduação. le.gofernutri@gmail.com. Co-autor

³ TÉCNICO EM NUTRIÇÃO. rodrigossilva@unipampa.edu.br. Co-autor

⁴ Docente. vanessaretamoso@unipampa.edu.br. Co-autor

⁵ Docente. analeticia@unipampa.edu.br. Co-autor

⁶ Docente. karinadalmeida@unipampa.edu.br. Orientador

IMPACTO DO ATENDIMENTO NOS HÁBITOS ALIMENTARES DE USUÁRIOS ATENDIDOS NO AMBULATÓRIO DE NUTRIÇÃO CLÍNICA DE ITAQUI/RS

1 INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas, ocorreram modificações nos padrões alimentares, agregado a uma dieta ocidentalizada influenciada pela indústria e tecnologia, aliada à diminuição progressiva da atividade física. Tais modificações resultaram no crescente número de casos de pessoas com obesidade e doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) em todo o mundo (GUIMARÃES, BORTOLOZO E LIMA, 2013). No Brasil, dados da Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF), realizada no ano de 2008 e 2009, pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (2010), em parceria com o Ministério da Saúde, apontaram elevada prevalência de sobrepeso e obesidade entre a população adulta, demonstrando que os indivíduos passaram a consumir uma alimentação com alta densidade calórica, rica em gordura saturada, sódio e açúcares simples, carente em fibras e micronutrientes. Cerca de 50% da população brasileira está acima do peso, ou seja, na faixa de IMC > 25 caracterizando sobrepeso ou obesidade, sendo maior na região Sul 56,08%, seguida da região Sudeste 50,45% (DIRETRIZES BRASILEIRA DE OBESIDADE, 2016).

De acordo com Ferreira (2012), estratégias de intervenção contribuem para as mudanças no perfil de saúde e nutrição, melhorando os hábitos alimentares, ingestão de nutrientes e parâmetros antropométricos de indivíduos que possuem acompanhamento nutricional.

A promoção de hábitos alimentares saudáveis representa assim a estratégia principal para o enfrentamento dos problemas alimentares e nutricionais da atualidade. Diante disso, o presente estudo teve como objetivo avaliar o impacto do atendimento nos hábitos alimentares de usuários atendidos no projeto de extensão do Ambulatório de Nutrição Clínica do curso de Nutrição, da Unipampa, campus de Itaqui/RS.

2 METODOLOGIA

Esse estudo foi realizado no Ambulatório de Nutrição Clínica, vinculado ao Curso de Nutrição da UNIPAMPA/Campus Itaqui, que funciona desde 2012, e fornece tratamento gratuito para os moradores da cidade, que procuram por atendimento nutricional por demanda espontânea ou por encaminhamento médico. As consultas são realizadas por alunos do curso de Nutrição, sob a supervisão dos professores e nutricionista, com ênfase em uma alimentação balanceada, orientações sobre o consumo de alimentos diários, de modo a promover a saúde ou auxiliar no tratamento de doenças.

O levantamento de dados foi feito por meio dos prontuários dos pacientes atendidos no Ambulatório de Nutrição, no período de abril à julho de 2018. Foram incluídos no estudo prontuários dos pacientes com idade $\geq$ de 18 anos, que tenham sido acompanhados até o ano de 2018.

Nesse estudo foram coletados os dados sociodemográficos (sexo e idade), presença de comorbidades associadas (Diabetes Mellitus, Hipertensão Arterial e dislipidemias) e funcionamento intestinal.

No que concerne aos hábitos alimentares, foi utilizado dados do Recordatório 24 horas (R24hrs) dos usuários atendidos, no início do acompanhamento até o último acompanhamento, referente às porções, preconizadas pelo SISVAN (2015), sendo elas o consumo de saladas cruas, legumes e verduras, frutas frescas, leguminosas, leite e derivados, salgado fritos e batata frita, hambúrguer e embutidos, bolachas e biscoitos salgados, bolachas

e biscoitos doce e bebidas adoçadas. Foi analisado o delta de comparação entre o consumo inicial e o consumo final, para verificar se houve mudanças nos hábitos alimentares dos usuários atendidos no ambulatório de Nutrição.

Os dados coletados foram tabulados com auxílio do programa Microsoft Office Excel, versão 2010 e a análise estatística dos dados foi realizada no programa estatístico SPSS versão 20.0.

3 RESULTADOS e DISCUSSÃO

A Tabela 1 demonstra a caracterização da amostra estudada, onde foram analisados um total de 32 prontuários. Foram analisados prontuários desde o ano de 2014 que tivessem acompanhamento até o ano de 2018. A idade da população estudada variou entre 21 e 72 anos, sendo a média encontrada $46,8 \pm 12,5$. Dessa população, a maioria pertencia ao sexo feminino. Um estudo proposto por Gasparetto et al., (2013), realizado com pacientes em acompanhamento ambulatorial de Nutrição, constatou que a maior parte dos pacientes atendidos eram do sexo feminino, sendo 77% (n=23) e 23% (n=7) do sexo masculino, com idades entre 18 e 72 anos.

Tabela 1 - Caracterização dos pacientes atendidos no Ambulatório de Nutrição Clínica.

Variáveis	N	%
Sexo		
Feminino	25	78,1
Masculino	7	21,9
Comorbidades associadas		
Diabetes Mellitus		
Sim	7	21,9
Não	25	78,1
Hipertensão Arterial		
Sim	10	31,3
Não	22	68,8
Dislipidemias		
Sim	2	6,3
Não	30	93,8
Funcionamento intestinal		
Normal	26	81,3
Constipação	5	15,6
Diarréia	1	3,1

A tabela 1 demonstra que as comorbidades mais frequentes entre os pacientes atendidos no ambulatório de Nutrição Clínica, sendo inicialmente a Hipertensão arterial, seguida de Diabetes Mellitus e dislipidemias. Resultados semelhantes ao presente estudo foram observados por Santos et al., (2016), realizado com pacientes obesos atendidos em um ambulatório de Nutrição do Sul do Brasil, onde a doença mais frequentemente presente na primeira consulta foi Hipertensão Arterial 45,5%, seguida de Diabetes Mellitus 27,2% e dislipidemias 20%.

Em relação ao funcionamento intestinal, a maioria dos usuários atendidos no ambulatório referiu trânsito intestinal normal. Porém 15,6% relatou ter constipação, o que pode estar relacionado com o baixo consumo de fibras (saladas cruas, legumes e verduras, frutas frescas e leguminosas) apresentado na Figura 1.

Os dados referentes ao consumo alimentar inicial de saladas cruas, legumes e verduras, frutas frescas, leguminosas e leites e derivados, estão apresentados na Figura 1. De acordo com o Guia Alimentar para a População Brasileira (2014), que orienta a escolha de alimentos para compor uma alimentação nutricionalmente balanceada, traz que devemos ter como base de nossa alimentação o consumo de produtos in natura ou minimamente processados, como frutas, legumes, verduras, arroz, feijão, leite, carnes e ovos. Chama atenção, na Figura 1 que a maior parte dos indivíduos na primeira consulta relataram no seu R24h não ter consumido saladas cruas, legumes e verduras, frutas frescas e leguminosas.

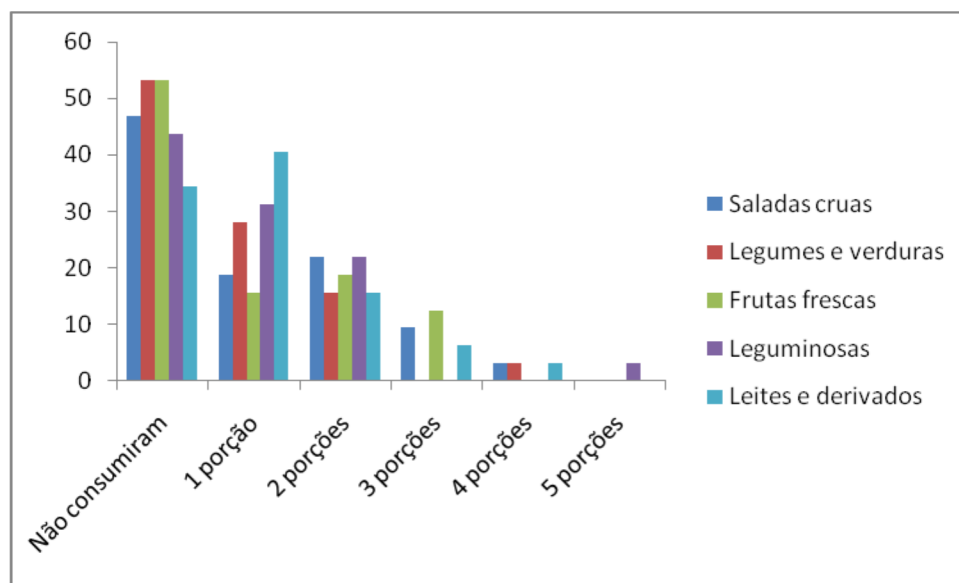


Figura 1 - Consumo inicial dos usuários atendidos no ambulatório de Nutrição Clínica.

Os dados referentes ao consumo alimentar inicial de salgados fritos e batata frita, hambúrguer e embutidos, bolachas e biscoitos salgados, bolacha e biscoito doces e bebidas adoçadas estão apresentados na Figura 2. Em relação ao consumo de produtos com alto teor de gordura, sal e açúcar não foi relatado pela maioria dos pacientes no início da consulta. Foi possível analisar que, no primeiro encontro, 18,7% (n=6) relataram consumir salgados fritos, batata frita, 25% (n=8) consumiram hambúrguer, embutidos, 50% (n=16) consumiram bolachas e biscoitos salgados, 15,6% (n=5) consumiram bolachas e biscoitos doces, 22,6% (n=7) relataram consumir bebidas adoçadas. O Guia Alimentar para a População Brasileira (2014) orienta que o consumo de óleos, gorduras, sal e açúcar devem ser utilizados em pequenas quantidades, pois são produtos alimentícios com alto teor de nutrientes cujo o consumo pode ser prejudicial a saúde. Já referente aos produtos ultraprocessados como: biscoitos recheados, refrigerantes, embutidos, entre outros são nutricionalmente desbalanceados, visto que os ingredientes principais, sejam ricos em açúcares, gorduras e apresentem alto teor de sódio.

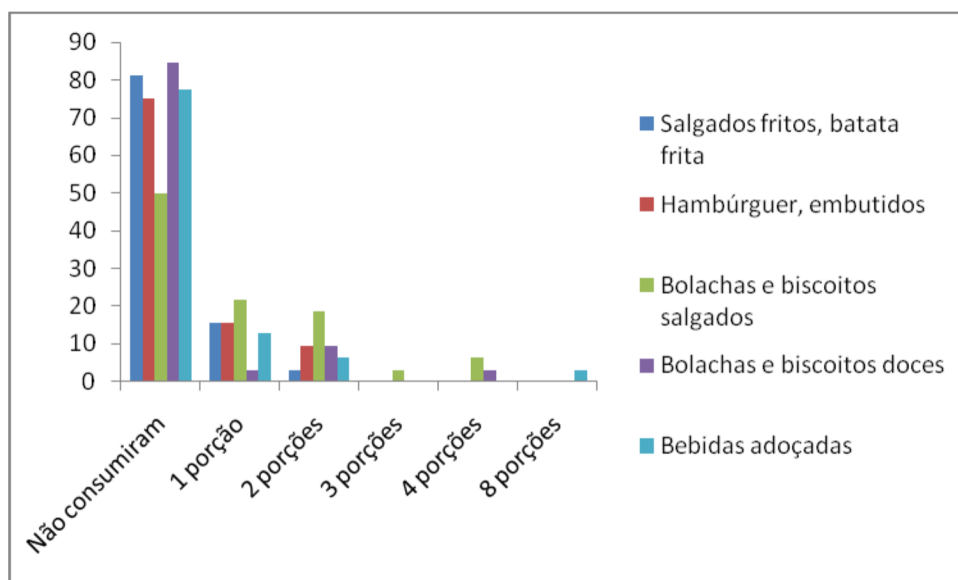


Figura 2 - Consumo inicial dos usuários atendidos no ambulatório de Nutrição Clínica.

Ao final do acompanhamento, os usuários atendidos no ambulatório de Nutrição Clínica apresentaram resultados positivos, conforme apresentados na Tabela 2. Principalmente em relação ao consumo de saladas cruas que apresentaram mediana de consumo 0,5 de porções, e mediana de consumo 1 de porções de legumes e verduras, frutas frescas, leguminosas e leites e derivados. De acordo com Ferreira (2012), que verificou a efetividade do aconselhamento nutricional em mulheres com excesso de peso atendidas na Atenção Primária de Saúde, após 12 meses de acompanhamento nutricional individual observou-se que as modificações no estado de saúde, consumo e hábitos alimentares, bem como a antropometria entre as mulheres avaliadas. A avaliação da evolução do consumo alimentar entre as usuárias indicou incremento do percentual de indivíduos que afirmaram consumir frutas quatro ou mais vezes por semana, diminuição do consumo de sal, óleo e aumento da ingestão diária de legumes e verduras.

Em relação ao consumo de salgados fritos e batata frita, hambúrguer e embutidos, bolachas e biscoitos salgados, bolachas e biscoitos doces e bebidas adoçadas apresentaram mediana de consumo 0 porções, sendo um resultado positivo. Um estudo proposto por Machado et al., (2013), desenvolvido com usuários de um Serviço de Promoção à Saúde, observou-se 75% e 60% de inadequação do consumo de hortaliças e frutas no momento de ingresso do serviço. Após a intervenção nutricional, houve maior adequação no consumo de embutidos, doces em geral, frituras, suco em pó e refrigerantes.

Tabela 2 - Estatística referente a mediana de consumo de porções no início e final no período de acompanhamento.

Variáveis	Mediana (P25 – P75)
Saladas cruas	0,5 (0 – 2)
Legumes e verduras	1(0 – 2)
Frutas frescas	1 (0 – 1,75)
Leguminosas	1 (0 – 1,75)
Leites e derivados	1 (0 – 1,75)
Salgados fritos e batata frita	0 (0 – 0)
Hambúrguer e embutidos	0 (0 – 0)
Bolachas e biscoitos salgados	0 (0 – 0)

Bolachas e biscoitos doces
Bebidas adoçadas

0 (0 - 0)
0 (0 - 0)

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados encontrados nesse estudo mostraram-se eficazes quanto às mudanças dos hábitos alimentares nos pacientes atendidos no projeto de extensão do Ambulatório de Nutrição Clínica. Uma vez que a obesidade e sobrepeso constituem um problema de saúde pública, torna-se assim importante intervir para que haja mudanças alimentares, para prevenir o agravamento dessas doenças. Por isso, é necessária uma intervenção nutricional contínua e efetiva para promover desta forma uma alimentação nutricional saudável entre a comunidade externa que procura por este serviço fornecido pela Unipampa.

REFERÊNCIAS

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA PARA O ESTUDO DA OBESIDADE E DA SÍNDROME METABÓLICA. **Diretrizes Brasileiras de Obesidade/ ABESO** - Associação Brasileira para o estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica. 4 ed. São Paulo, 2016.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Orientações para avaliação de marcadores de consumo alimentar na atenção básica**. Brasília, 2015.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia Alimentar para a população brasileira**. Brasília, 2.ed. 2014.

FERREIRA, N. L.; Efetividade do aconselhamento nutricional em mulheres com excesso de peso atendidas na Atenção Primária à Saúde. 2012. 161 f. Dissertação (Mestrado prevenção e controle de agravos à Saúde) - Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2012.

GASPARETTO, T. F., et al. **Perfil nutricional de pacientes em acompanhamento ambulatorial de nutrição**. In: VII Jornada de nutrição "Prevenção e Qualidade de Vida", VI encontro de pesquisa científica em nutrição, I mostra de fotografias do curso de nutrição, 2013.

GUIMARÃES, A. A.; BORTOLOZO, E. A. F. Q.; LIMA, D. F. R. **Prevenção de fatores de risco para doenças cardiovasculares**: programa de nutrição e prática de atividade física para servidores de uma universidade pública do Estado do Paraná. Itararé- São Paulo, v. 04, n. 01, p. 10-18, jan./jun. 2013.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009**: aquisição alimentar domiciliar per capita, Brasil e grandes regiões. Rio de Janeiro: Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, 2010.

MACHADO, C. H. et al. Efetividade de uma intervenção nutricional associada à prática de atividade física, **Caderno Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 21, n. 2, p. 148-153, 2013.

SANTOS, H. Perfil e variação de peso corporal de pacientes obesos atendidos em um ambulatório de nutrição do Sul do Brasil, **Revista Nutrição clínica e dieta hospitalar**, v. 36, n. 2, p. 30-37, 2016.