

Educação nutricional - 2021

Intervenção Nutricional em Clínica de Nutrição Universitária: NutriAção em tempos de pandemia por Covid-19

Letícia Petean Trazzi de Souza Mariano¹, Ana Paula de Sousa Flor², Karla Fontes Herreria dos Santos², Stéfanny de Carvalho², Valéria Nóbrega da Silva Franco³.

¹Graduação em Nutrição, Centro Universitário Toledo, UNITOLEDO – Araçatuba, SP, leticiaPETEAN@hotmail.com.

²Graduação em Nutrição, Centro Universitário Toledo, UNITOLEDO – Araçatuba, SP.

³Doutora em Ginecologia, Obstetrícia e Mastologia, Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, UNESP – Botucatu, SP. Docente curso de Nutrição, Centro Universitário Toledo, UNITOLEDO – Araçatuba, SP.

Introdução: Frente à pandemia da COVID-19, em resposta ao enfrentamento da emergência de saúde pública de importância nacional e internacional, o Ministério da Saúde determinou medidas de isolamento^{3,7}. Dentre as consequências do isolamento, destacou-se o aumento da miséria e da fome, comprometendo a garantia da Segurança Alimentar e Nutricional^{1,4}, além de agravar efeitos psicológicos⁸. Neste contexto, tem sido recomendado iniciativas de educação alimentar e nutricional que orientem e estimulem a adoção/manutenção de hábitos alimentares saudáveis para toda a família^{2,5,6,9}. **Objetivo:** Desenvolver e implantar um programa de intervenção nutricional em tempos de pandemia por COVID-19 com pacientes de uma Clínica de Nutrição Universitária. **Materiais e métodos:** Os pacientes cadastrados na clínica foram convidados a participar do programa e receberam orientação via *Whatsapp* para preencher questionário eletrônico desenvolvido pelo *Google Forms* com base em questionários já validados na literatura científica. Dessa forma, foi possível desenvolver um programa de intervenção nutricional focado nas reais necessidades e problemas dos pacientes. **Resultados e Discussões:** A participação dos pacientes foi predominante ao sexo feminino (65,5%), com intervalo de idade de 23 a 73 anos. A hipertensão arterial sistêmica (HAS) foi a comorbidade mais observada, com 31%. Com o cenário pandêmico, 37,9% tiveram diminuição na renda salarial mensal. Em relação ao auxílio emergencial, concedido pelo governo, 65,5 % dos pacientes não receberam. Na qualidade do sono e problemas emocionais, 20,7% relataram o agravamento dos sintomas. Houve aumento do consumo de alimentos por *delivery*, como pizza, hambúrguer, açaí, comida japonesa e pratos brasileiros. Destacou-se que 20,7 % dos pacientes utilizam água com vinagre e 13,8% água com sabão para higienizar os alimentos. Com base nesses resultados, foram desenvolvidos 4 materiais educativos. Dois vídeos foram elaborados, um com orientações de higienização e armazenamento dos alimentos, e outro com dicas para alimentação saudável e econômica em tempos de pandemia. Como terceiro material, foi desenvolvida uma cartilha ilustrada para auxiliar nas escolhas dos alimentos de forma saudável. Por fim, duas receitas para estimular a redução de sódio na alimentação para controle da HAS, o gersal e o sal de ervas. Todos os materiais foram enviados aos pacientes através de um grupo de *WhatsApp*, para promover a interação e orientações no período de 6 meses. **Conclusão:** Os pacientes apresentaram algumas mudanças no padrão alimentar, qualidade de sono e ausência de conhecimento na higienização dos alimentos. A intervenção nutricional utilizando os materiais de apoio desenvolvidos, contribuiu na informação direcionada aos reais problemas dos pacientes. Assim, mesmo com o distanciamento social, por meio de recursos digitais, todos receberam educação alimentar e nutricional de forma rápida e eficiente.

Bibliografia:

- ¹ALPINO, T.M.A.; SANTOS, C.R.B.; BARROS, D.C.; FREITAS, C.M. COVID-19 e (in) segurança alimentar e nutricional: ações do Governo Federal brasileiro na pandemia frente aos desmontes orçamentários e institucionais. *Cad. Saúde Pública*, 36(8), 2020.
- ²BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social. Secretaria Especial do Desenvolvimento Social. Direito à Alimentação. Disponível em: <<http://mds.gov.br/assuntos/seguranca-alimentar/direito-a-alimentacao>>. Acesso em: 23 ago, 2020.
- ³FREITAS ARR, NAPIMOGA M, DONALISIO MR. Análise da gravidade da pandemia de Covid-19. *Epidemiol Serv Saúde*, 29, 2020.
- ⁴JAIME, P.C. Pandemia de COVID19: implicações para (in) segurança alimentar e nutricional. *Ciênc. Saúde coletiva* vol.25 no.7 Rio de Janeiro, 2020.
- ⁵MANCUSO, Ana Maria Cervato; VINCHA, Kellem Regina Rosendo; SANTIAGO, Débora Aparecida. Educação Alimentar e Nutricional como Prática de Intervenção: Reflexão e Possibilidades de Fortalecimento. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 26, 2016.
- ⁶RAMOS, Flavia Pascoal; SANTOS, Lígia Amparo da Silva; REIS, Amélia Borba Costa. Educação alimentar e nutricional em escolares: uma revisão da literatura. *Caderno de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, nov. 2013.
- ⁷OLIVEIRA, V.K.; DUARTE, E.; FRANÇA, G.V.; GARCIA, L.P. Como o Brasil pode deter a COVID-19. *Epidemiol. Serv. Saude*, Brasília, 29(2), 2020.
- ⁸SCHMIDT, B., et al. Impactos na Saúde Mental e Intervenções Psicológicas Diante da Pandemia do Novo Coronavírus (COVID-19). Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/340682336_Impactos_na_Saude_Mental_e_Intervencoes_Psicologicas_Diante_da_Pandemia_do_Novo_Coronavirus_COVID-19>. Acesso em: 23 abr. 2020.
- ⁹SILVA, R.C.R.; PEREIRA, M.; CAMPELLO, T.; ARAGÃO, E.; GUIMARÃES, J.M.M.; BARRETO, M.L.; SANTOS, S.M. Implicações da pandemia COVID-19 para a segurança alimentar e nutricional no Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25(9), 2020.

Agradecimentos: Apoio Projeto de Extensão Social UNITOLEDO – Araçatuba, SP.