Assistência Nutricional e Dietoterápica aos Integrantes do Programa Terceira Idade: Vitalidade e Cidadania

AUTORES: margarete aparecida santos (Orientador), Debora Neves da silva (Autor), CAROLINA PAULA GOUVEA DE SOUZA (Autor), Bethania Roberta Salles de Ávila (Autor), Margarete Nimer (Co-Orientador)

PALAVRAS-CHAVE: dietoterapia, estado nutricional, envelhecimento.

RESUMO:
Introdução: O envelhecimento populacional vem ocorrendo pelo aumento da expectativa média de vida e decréscimo das taxas de natalidade. Entende-se por idoso os indivíduos com idade cronológica maior ou igual 60 anos. O envelhecimento é um processo dinâmico, progressivo, irreversível e normal na vida e está associado a fatores biológicos, ambientais, psíquicos e sociais. Variáveis como sexo, genética e estilo de vida cooperam para as diferenças nos ritmos de envelhecimento de cada indivíduo. Nessa fase, alterações biológicas e fisiológicas contribuem para o surgimento de patologias características que afetam diretamente o estado nutricional. Objetivos: Avaliar, recuperar e manter o estado nutricional. Preservar e estimular hábitos de vida saudáveis. Prevenir e monitorar doenças neste grupo. Possibilitar o aperfeiçoamento acadêmico do curso de nutrição na prática de atendimento nutricional em geriatria. Metodologia: Acompanhamento nutricional de 26 indivíduos, sendo 3 menores de 60 anos, com prescrição dietoterápica individualizada de acordo com a patologia de base; realização de oficinas culinárias com elaboração, confecção e distribuição de livretos de receitas contendo preparações alimentares saudáveis; oficinas educativas com a participação dos alunos e integrantes do projeto; reuniões para discussões de casos clínicos e artigos científicos. Resultados: Quanto à classificação nutricional: 3 baixo peso, 8 eutróficos, 5 sobrepesos e 7 obesos. Doenças prevalentes: 6 diabetes mellitus, 18 hipertensão arterial sistêmica; 5 hipotireoidismo, 1 artrite reumatoide, 6 dislipidemia. Na oficina culinária abordaram-se orientações nutricionais e práticas de preparo de alimentos saudáveis. Serão realizadas atividades lúdicas, palestras e continuidade dos atendimentos. Conclusão: Essas atividades são relevantes para a melhoria do estado clínico/nutricional e qualidade de vida dos indivíduos e para aprimoramento dos conhecimentos das praticas nutricionais e dietoterápicas.

Instituição de Ensino: Universidade Federal de Ouro Preto

ISBN: 978-85-93416-00-2