

ESTADO NUTRICIONAL E QUALIDADE DA DIETA DE NUTRIZES ATENDIDAS NA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE LUIZ CARLOS HERVAL NO MUNICÍPIO DE COARI-AM

CALDEIRA, Lucas Leão¹; APARÍCIO, Jéssica Bianca Ramires¹; D'ELIA, Alexsandra Maria Melgueiro¹; da GAMA, Denise Alexandrina Cipriano¹; de ARAÚJO, Caio dos Santos¹; PEREIRA, Luziane de Lima¹

¹ Universidade Federal do Amazonas (UFAM), *Campus Coari*, Coari – AM

leaonutri@gmail.com; luzianelyma@msn.com

O presente estudo visou avaliar o estado nutricional e a qualidade da dieta de nutrizes atendidas na Unidade Básica de Saúde Luiz Carlos Herval. Este trabalho é categorizado como relato de experiência e buscou demonstrar que somente através de uma anamnese detalhada das condições da nutriz pode-se obter um bom desempenho no acompanhamento nutricional no período de lactação. A lactação gera ao organismo feminino alterações fisiológicas que resultam em aumento das necessidades nutricionais. O consumo alimentar deve fornecer energia para as necessidades básicas do organismo e suprir a cota necessária para produção láctea. Informações do padrão alimentar deste grupo é de fundamental importância, para identificar possíveis excessos ou carências de caráter dietético que poderiam comprometer o estado nutricional da nutriz. Desta forma o trabalho teve como objetivo avaliar e diagnosticar o estado nutricional e o consumo alimentar de forma qualitativa e quantitativa a dieta de nutrizes atendidas na Unidade Básica de Saúde Luiz Carlos Herval no município de Coari-AM. Desenvolveu-se um estudo transversal com 15 nutrizes da Unidade Básica de Saúde Luiz Carlos Herval do município de Coari-Amazonas. Para anamnese da nutriz utilizou-se de entrevista seguida de avaliação do estado nutricional, identificação do consumo alimentar. Como instrumento para avaliar o estado nutricional foi usado índice de massa corporal, a partir das medidas antropométricas de peso e altura. Para qualificar e quantificar o consumo dietético, foram utilizados métodos retrospectivos como o Recordatório de 24 horas e o Questionário de Frequência Alimentar. Após a aplicação dos métodos de avaliação alimentar quantificou-se o valor energético total da dieta e a proporção de ingestão de macronutrientes (Carboidratos, Proteínas e Lipídeos), e comparou-se com o recomendado pelas DRIs – Dietary Reference Intake, assim como também foram analisados a ingestão qualitativa dos macronutrientes seguindo as recomendações do Guia Alimentar e Pirâmide dos Alimentos. Os resultados revelam que a média de idade das nutrizes em amamentação exclusiva foi de 25 anos, a escolaridade, com ensino médio incompleto (40%), ensino médio completo (33,4%) e ensino superior incompleto (26,6%), e a média de integrantes na família são de 4 pessoas, com renda familiar de 1 salário mínimo (46,6%), 1,5 salário mínimo (20%) e 2 salários mínimos (33,3%). A maioria das nutrizes viviam em união estável (60%), teve uma ou duas gestações (88,6%). Cerca de 100% delas encontravam-se entre o primeiro e o segundo mês após o parto. Quanto ao estado nutricional, o valor médio do índice de massa corpórea foi de 26,4kg/m², indicando sobrepeso. Os resultados do valor energético indicaram que as nutrizes ingerem mais calorias do que sua necessidade energética diária, nutrizes com faixa etária entre 18 a 23 anos ingere mais caloria. A média de consumo dos macronutrientes corresponde 63,2% de carboidratos, 9,5% de proteínas e 27,2% de lipídios, observa-se que somente a ingestão proteica está abaixo das recomendações da Organização Mundial da Saúde. De acordo com a frequência alimentar os alimentos consumidos com maior constância foram: sucos industrializados, pão francês, arroz, leite, feijão, banana, salgadinhos, alimentos processados (embutidos, enlatados). Em relação ao consumo de bebidas alcoólicas cerca de 13,33% consomem 2 vezes durante o mês. O estado nutricional das nutrizes encontra-se com diagnóstico de sobrepeso, o que pode ter sido influenciado pelo consumo alimentar inadequado, não atendendo as recomendações da Organização Mundial da Saúde, DRIs, Recomendações do Guia Alimentar para população brasileira e Pirâmide Alimentar Brasileira.

Palavras-chave: Saúde do trabalhador; Programa de alimentação do trabalhador; Serviço de nutrição e dietética; Avaliação nutricional

Área de concentração: Saúde: Fisioterapia; Nutrição; Enfermagem e Medicina