

## RECEBIMENTO DE ORIENTAÇÃO SOBRE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL POR PACIENTES ATENDIDOS NO AMBULATÓRIO DA FACULDADE DE MEDICINA – UFPEL, PELOTAS/RS

**GOMES, Carlos Henrique<sup>1</sup>; RODRIGUES, Tamires Von Pfeil<sup>1</sup>; SOUZA, Bianca Bittencourt; SASSI, Raul Andres Mendoza<sup>2</sup>; LINDEMANN, Ivana Loraine<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>Universidade Federal de Pelotas. Faculdade de Nutrição. Curso de Nutrição - carloshgsl@hotmail.com;

<sup>2</sup>Universidade Federal do Rio Grande. Faculdade de Medicina

<sup>3</sup>Universidade Federal de Pelotas. Faculdade de Nutrição - Departamento de Nutrição - ivanaloraine@hotmail.com

### 1 INTRODUÇÃO

Estudos mostram a elevada prevalência de excesso de peso e da obesidade no Brasil. De acordo com a Política Nacional de Alimentação e Nutrição, em vinte anos cerca de 70% dos brasileiros estarão com excesso de peso (BRASIL, 2012a). Segundo dados da pesquisa de Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico (VIGITEL), 55,4% dos adultos de Porto Alegre (RS). A ascensão da obesidade está diretamente ligada ao consumo alimentar e ao sedentarismo e suas causas multifatoriais (BRASIL, 2012b).

A adoção de alimentação saudável, para prevenção das doenças crônicas não-transmissíveis, há de propor dietas que estejam ao alcance da sociedade como um todo, e que tenham um impacto sobre os mais importantes fatores relacionados às várias doenças. Quanto à base científica para propor guias alimentares para a prevenção dessas doenças ela é bastante ampla. As doenças cardiovasculares declinaram de forma importante nos países desenvolvidos decorrente de ações efetivas tanto de prevenção primária como secundária (SICHERI, 2000).

Os *Dez Passos para uma Alimentação Saudável* compõem uma versão de bolso do Guia Alimentar para a População Brasileira, lançado pelo Ministério da Saúde, em resposta ao crescente interesse do público em geral, dos profissionais de saúde e dos planejadores em saúde, em relação ao papel da dieta na promoção da saúde e prevenção das doenças crônicas. Nele contém orientações práticas sobre alimentação para pessoas saudáveis acima de dois anos de idade (BRASIL, 2005).

Com princípios nas evidências científicas e nos costumes alimentares dos brasileiros, este guia busca contribuir para a prevenção de doenças causadas por deficiências nutricionais, para reforçar a resistência do organismo a doenças infecciosas e para diminuir a incidência de doenças crônicas não-transmissíveis. Além disso, busca aumentar o nível de conhecimento da população em relação a relevância da promoção da saúde por meio do controle de um peso saudável e de uma vida e ativa, e reverter a situação de alimentação irregular, sedentarismo e excesso de peso em que grande parcela da população está inserida (BRASIL, 2005).

Os profissionais e os serviços de saúde desempenham importante papel na orientação da população no que se refere à adoção de um estilo de vida saudável, incluindo uma alimentação adequada. Com base nisso o presente estudo teve o objetivo de avaliar a frequência de recebimento de orientações sobre alimentação saudável e de recebimento de orientações sobre os *Dez Passos da Alimentação Saudável* entre usuários do Ambulatório da Faculdade de Medicina – UFPel em Pelotas, RS.

## 2 METODOLOGIA

Foi realizado um estudo transversal com pacientes do Ambulatório da Faculdade de Medicina - UFPel, entre os dias 10 e 19 de abril de 2013. Foram excluídas as gestantes e os portadores de incapacidade física ou mental. Os dados foram coletados através de questionários padronizados contendo um bloco com questões sociodemográficas (sexo, idade, cor da pele, estado civil, escolaridade, ocupação e renda) e outro bloco de questões referentes ao recebimento de orientação. A coleta foi realizada por entrevistadores previamente treinados, sendo eles acadêmicos do Curso de Nutrição da UFPel.

Após a coleta os dados foram duplamente digitados no Epidata versão 3.1 e as análises estatísticas descritivas foram realizadas no Stata versão 10.0. Os resultados apresentados fazem parte de um estudo mais amplo, cujo objetivo é avaliar a promoção da alimentação saudável nos serviços de saúde. O protocolo de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa na Área da Saúde da Universidade Federal do Rio Grande – CEPAS/FURG sob o Parecer de nº 027/2013.

## 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Totalizaram 130 entrevistados, dos quais a maioria era do sexo feminino (77,7%). Em relação à idade, grande parte encontrava-se entre 50 e 59 anos (29,2%), tinha cor da pele branca (72,9%) e vivia com companheiro (60,7%). A maioria tinha 8 ou mais anos de estudo (44,2%), estava trabalhando (33,9%) e tinha renda per capita de até meio salário mínimo (39,2%). Tabela 1.

Outro estudo também comprovou alta prevalência de procura por serviços de saúde pelas mulheres, como o realizado em Teresina (PI), onde 77,4% também pertenciam ao sexo feminino (MARQUES et al., 2012).

Na Tabela 2 observa-se que mais da metade (68,5%) relatou ter recebido orientação sobre alimentação saudável e que a maioria (88,5%) não recebeu orientação sobre os *Dez Passos para uma Alimentação Saudável*.

Conforme orientação do Ministério da Saúde, o guia alimentar contendo os dez passos é destinado a todas as pessoas envolvidas com a saúde pública e às famílias. As diretrizes contidas no guia contribuem para adoção de uma vida saudável e prevenção de doenças, tais como obesidade, hipertensão e diabetes, alguns tipos de câncer, e são úteis porque são orientações práticas (BRASIL, 2005).

No entanto, percebe-se, pelos resultados encontrados neste estudo, que embora a maioria tenha recebido orientação sobre alimentação saudável, muitos não foram orientados com auxílio do Guia, conforme demonstrado pela alta prevalência de desconhecimento dos *Dez Passos*.

No momento, não há estudos para comparação se os pacientes estão recebendo orientação sobre alimentação saudável e sobre os *Dez Passos para uma Alimentação Saudável*.

**TABELA 1.** Características sociodemográficas de pacientes atendidos no Ambulatório da Faculdade de Medicina – UFPel, Pelotas/RS. 2013. (n=130).

Variável	n	%
<b>Sexo</b>		
Masculino	29	22,3
Feminino	101	77,7
<b>Idade</b>		
18 a 29	14	10,8
30 a 39	32	24,6
40 a 49	20	15,4
50 a 59	38	29,2
60 a 73	26	20,0
<b>Cor da pele (n=129)</b>		
Branca	94	72,9
Não branca	35	27,1
<b>Estado civil</b>		
Com companheiro	79	60,7
Sem companheiro	51	39,3
<b>Escolaridade em anos completos (n=129)</b>		
Não sabe ler e escrever ou só assina o nome	8	6,2
Até 4 anos	19	14,7
De 5 a 8 anos	45	34,9
8 ou mais anos	57	44,2
<b>Ocupação</b>		
Estudando	6	4,6
Desempregado	25	19,2
Em benefício	10	7,7
Aposentado/pensionista	34	26,1
Trabalhando	44	33,9
Dona de casa	11	8,5
<b>Renda per capita em salários mínimos</b>		
Até ½ (de R\$ 0 a 338,00)	51	39,2
Entre ½ e 1 (R\$ 342,00 a 678,00)	41	31,6
Acima de 1 (R\$ 700,00a 2000,00)	38	29,2

**TABELA 2.** Referência de recebimento de orientações sobre alimentação saudável e sobre os *Dez Passos para uma Alimentação Saudável* por pacientes atendidos no Ambulatório da Faculdade de Medicina – UFPel, Pelotas/RS. 2013. (n=130)

Variável	n	%
<b>Orientação sobre alimentação saudável</b>		
Sim	89	68,5
Não	41	31,5
<b>Orientação sobre os Dez Passos</b>		
Sim	15	11,5
Não	115	88,5

#### 4 CONCLUSÃO

Embora o estudo tenha sido feito em apenas um serviço de saúde, os dados apontam para uma possível falha na divulgação do guia de bolso pelo Ministério da Saúde nos serviços públicos, ou até mesmo desconhecimento dos profissionais.

O relato de recebimento de orientação para uma alimentação saudável pela maioria indica que a ação faz parte dos atendimentos oferecidos, em grande parte dos casos. Isso pode estar relacionado ao diagnóstico de alguma doença, que tenha exigido uma orientação específica. Mas a baixa prevalência da referência aos *Dez Passos* sinaliza uma insuficiente promoção da alimentação saudável como parte da mudança de estilo de vida para a prevenção de doenças.

#### 5 REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Coordenação-Geral de Alimentação e Nutrição. **Política Nacional de Alimentação e Nutrição**. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2012a.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Coordenação-Geral de Alimentação e Nutrição. **Guia Alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável**. Brasília: Ministério da Saúde, 2005.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Secretaria de Gestão Estratégica e Participativa. **VIGITEL Brasil 2011: Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico**. Brasília: Ministério da Saúde, 2012b.

MARQUES, I.V.; BISPO, T.F.O.; PEREIRA, L.M.R. Perfil de clientes atendidos no ambulatório de nutrição de Teresina-PI, **Revista Interdisciplinar NOVAFAP**, Teresina, v. 5, n. 1, p. 26-29, Jan-Fev-Mar., 2012.

SICHERI, R.; COITINHO, D.C.; MONTEIRO, J.B.; Coutinho, W.F. Recomendações de Alimentação e Nutrição Saudável para a População Brasileira. **Arquivos Brasileiros de Endocrinologia & Metabologia**, v. 44, n. 3, p. 227-232, Junho, 2000.