

INQUÉRITOS DIETÉTICOS UTILIZADOS PARA AVALIAÇÃO NUTRICIONAL

ULIAN, G.F¹; BATISTÃO, A.C.S²; SOUZA, J.S³; BRANDÃO, N.⁴

Palavras-chave: fatores alimentares, recordatório e diário alimentar

INTRODUÇÃO

De acordo com algumas literaturas, os inquéritos dietéticos são métodos usados para determinar a qualidade da dieta, por meio de um ou mais parâmetros, como: ingestão adequada de nutrientes, número de porções consumidas de cada grupo de alimentos (leite e substitutos, carnes, cereais, frutas e hortaliças) e quantidade de diferentes gêneros alimentícios presentes na dieta (COSTA, 2010).

As principais diferenças entre os métodos incluem a participação do entrevistado, a necessidade de alfabetização, a dependência de memória, o número de aplicações, a previsão da ingestão habitual e a interferência no comportamento alimentar. É importante evitar erros durante a coleta de dados, como a indução de respostas pelo entrevistador ou a superestimação de alimentos pelo entrevistado. As perguntas devem ser claras e diretas, e o entrevistador deve estar atento a possíveis contradições. (PALIALOL,2021).

Na prática clínica, o inquérito alimentar é essencial para identificar deficiências nutricionais. Seu objetivo principal é quantificar calorias,

¹ Gabriel Fernando Ulian. Acadêmico do Curso de Bacharelado em Nutrição da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2024.

² Ana Caroline da S. Batistão. Acadêmico do Curso de Bacharelado em Nutrição da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2024.

³ Josete da Silva de Souza. Acadêmico do Curso de Bacharelado em Nutrição da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2024.

⁴ Natália Brandão dos Santos Lourival. Orientadora da pesquisa. Docente do Curso de Bacharelado em Nutrição da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2024.

macronutrientes e micronutrientes consumidos, com base em tabelas de composição de alimentos. Suplementos alimentares e multivitamínicos também devem ser considerados. Dois métodos amplamente usados são: Registro de 24 horas que avalia a ingestão alimentar do paciente nas últimas 24 horas, registrando tipos, detalhes, marcas e horários dos alimentos consumidos e também há o diário alimentar que consiste no registro de todos os alimentos e bebidas consumidos em um período de tempo, esses dados podem ser anotados pelo próprio paciente ou seu representante (mãe, em casos de crianças, ou cuidadores em casos de incapacitados), nesse método o registro é feito em casa e a quantidade de dias pode variar entre três, cinco ou sete dias. (DUARTE, 2007).

OBJETIVO

O presente trabalho possui como objetivo principal compreender métodos utilizados pelas nutricionistas para avaliação de seu paciente dentro do consultório.

MÉTODOS

O presente trabalho utilizou uma abordagem qualitativa, quantitativa e descritiva, foi realizada uma revisão da literatura com o auxílio do livro, site e artigos.

O objetivo deste artigo de revisão bibliográfica é examinar os principais inquéritos dietéticos utilizados para avaliar o estado nutricional de indivíduos e grupos. O estudo focou-se em técnicas de coleta de dados sobre consumo alimentar, como o diário alimentar e o registro de 24 horas, e foi realizado por meio de levantamento e análise do acervo de literatura científica já escrita sobre o tema.

O processo de revisão envolveu a consulta de bancos de dados acadêmicos no idioma português e inglês, e também em um período dos últimos 20 anos e fontes especializadas relacionadas à nutrição, a fim de descrever e discutir as características, benefícios e desvantagens de cada método, ao mesmo tempo em que levou em conta fatores que poderiam afetar a aplicação

e distorcer os resultados, como o envolvimento e potencial do entrevistado. viés de resposta. A metodologia foi fundamentada em citações de publicações e trabalhos consagrados sobre avaliação nutricional.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

De acordo com as literaturas selecionadas observou-se que, para uma conduta ideal do nutricionista é realizada uma série de coleta de dados, buscando um panorama geral do estado do paciente, tentando entender o motivo do paciente ter buscado acompanhamento, e descobrir o que está incomodando.

Identificou-se que o inquérito alimentar é uma ferramenta fundamental para avaliação nutricional do consumo alimentar, relacionando o estado nutricional com a saúde dos indivíduos ou da população (DUARTE, 2007).

O inquérito dietético permite identificar padrões, quantidade e qualidade da dieta, e, com esses dados, criar instruções nutricionais e planejar programas e políticas públicas para melhorar a saúde e a qualidade de vida da população. FISBERG et. Al relata sobre a importância do inquérito dietético.

A avaliação do consumo alimentar é o principal método para correlacionar o estado nutricional e a saúde de um indivíduo ou população. Por meio desta, é possível fazer uma investigação da dieta, identificando padrões de consumo, quantidade e qualidade da ingestão alimentar. A partir da coleta desses dados, são estabelecidos parâmetros que possam conduzir a elaboração e implementação de intervenções nutricionais e planejamento de programas e políticas públicas com a finalidade de favorecer a adequação do estado nutricional, contribuindo para a melhora da saúde e qualidade de vida da população alvo (FISBERG et. al.2009).

O Guia Alimentar para a População Brasileira, publicado em 2006, sobre padrões alimentares, relatando que os padrões alimentares estão mudando rapidamente, especialmente em países emergentes. A principal mudança é a substituição de alimentos in natura ou minimamente processados, como arroz, feijão e vegetais, por produtos industrializados prontos para consumo. No Brasil, essa transformação é notável e está levando a um desequilíbrio na oferta de nutrientes e ao consumo excessivo de calorias.

Destaca -se a coleta detalhada de dados, como o inquérito alimentar, é fundamental para o nutricionista avaliar o estado nutricional, entender os motivos da busca por acompanhamento e identificar fatores que afetam a saúde. Essa ferramenta é crucial para orientar orientações nutricionais e políticas públicas que visam melhorar a saúde e a qualidade de vida da população

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O inquérito dietético é parte fundamental na avaliação do estado nutricional do paciente, pois permite a identificação de deficiências de macro e micronutrientes, além do conhecimento dos hábitos alimentares individuais. A partir da avaliação dietética, deve ser elaborada a prescrição dietoterápica.

Ressalta-se que não existe uma metodologia de inquérito dietético ideal, porém, a escolha do método adequado a um determinado propósito permite a obtenção de melhores resultados. A combinação de mais de um método, muitas vezes, pode ser útil.

A aplicação criteriosa das técnicas do inquérito alimentar reduz a margem de erro dos resultados. Para tal, é necessário que os instrumentos sejam utilizados por profissionais da área devidamente treinados e qualificados.

REFERÊNCIAS

NUTRITOTAL, R. Métodos de avaliação do consumo alimentar. Disponível em: <<https://nutritotal.com.br>. Acesso em: 27/01/2021.

DUARTE, Antonio, claudio. goulart. **Avaliação nutricional aspectos clínicos e laboratoriais**. [S. l.: s. n.], 2007.

Guia Alimentar para a População Brasileira, 2ª edição, 2006

Universidade de Brasília. Disponível em: <https://bdm.unb.br>. Acesso em: 31-Jul-2001