



AVALIAÇÃO DA INGESTÃO DE MICRONUTRIENTES DE PACIENTES ATENDIDOS POR EXTENSIONISTAS EM UMA CLÍNICA-ESCOLA DE NUTRIÇÃO

Franciele Ap^a. De Oliveira Camara¹

Alane Marília Garcia²

Andressa Damin²

Alini Speck²

Viviane Neusa Scheid²

Késia Zanuzo⁵

Márcia Fernandes Nishiyama³

Eloá Angélica Koehnlein⁴

Categoria: Extensão e cultura⁶

Resumo: A ingestão adequada de vitaminas e minerais é muito importante, pois esses desempenham várias funções metabólicas no organismo. De tal modo, que a ingestão inadequada desses micronutrientes podem levar a uma condição de carência nutricional, e disso podem decorrer diversas manifestações patológicas. Diante disto, o presente estudo teve como objetivo estimar e avaliar a ingestão de micronutrientes entre os pacientes atendidos pelas acadêmicas do projeto de extensão intitulado “Atenção Nutricional para indivíduos e grupos atendidos na Clínica Escola de Nutrição da Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS)”. O consumo alimentar dos pacientes atendidos na clínica escola de nutrição foi avaliado a partir de um Recordatório de 24 horas e a ingestão de micronutrientes foi estimado a partir do software Nutrilife®. A adequação da ingestão de micronutrientes dos pacientes foi comparada com os valores de referência das (*Dietary Reference Intakes - DRIs*) do *Institute of Medicine/Food and Nutrition Board*, considerando a

¹ Acadêmica do Curso de Nutrição da UFFS Campus Realeza. Voluntária do projeto de extensão aprovado no Edital Nº 804/UFFS/2014. E-mail: francamara85@gmail.com

² Acadêmicas do Curso de Nutrição da UFFS Campus Realeza. Voluntárias do projeto de extensão aprovado Edital Nº 804/UFFS/2014. E-mail: alane.garcia95@hotmail.com, andressadamin18@gmail.com, speckaline@gmail.com, Vivianescheid8@gmail.com

³ Docente do Curso de Nutrição da UFFS Campus Realeza. Colaboradora do projeto de extensão aprovado no Edital Nº 804/UFFS/2014. E-mail: marciafernandesnutri@gmail.com

⁴ Docente do Curso de Nutrição da UFFS Campus Realeza. Coordenadora do projeto de extensão aprovado no Edital Nº 804/UFFS/2014. E-mail: eloa.koehnlein@uffs.edu.br

⁵ Nutricionista Responsável Técnico da Clínica Escola de Nutrição da UFFS Campus Realeza. Colaboradora projeto de extensão aprovado no Edital Nº 804/UFFS/2014. E-mail: kesiazanuzo@gmail.com

⁶ Formato: Comunicação oral



Necessidade Média Estimada (*Estimated Average Requirement* - EAR) e Ingestão Adequada (*Adequate Intakes* - AI). Foi avaliada a ingestão dos seguintes micronutrientes: vitaminas C, A, B6, B12 e os minerais, cálcio, ferro, zinco, sódio e potássio. Avaliou-se o consumo alimentar de 21 pacientes adultos, destes 81,0% eram do sexo feminino e 19,0% do sexo masculino com média de idade 33,4 anos. Com relação à ingestão de vitaminas verificou-se que os pacientes apresentaram média de ingestão de 98,62 mg/dia de vitamina C; 498,28 µg de vitamina A; 1,31 mg de vitamina B6; 2,75 µg de vitamina B12. Observou-se também que uma maior frequência de pacientes apresentou ingestão adequada de vitamina B6 e B12 (ambas com 57,14% de adequação) e uma menor frequência para vitamina A (42,82%) e vitamina C (28,57%). No que se refere à ingestão de minerais observou-se uma média de ingestão de 376,83 mg de cálcio/dia; 10,29 mg de ferro; 10,87 mg de zinco; 2468,74 mg de sódio e 1576,60 mg de potássio. Um maior percentual de ingestão adequada foi observado para os minerais ferro (81,0% dos pacientes) e zinco (61,90%). Já com relação ao potássio, observou-se que nenhum paciente atingiu os valores preconizados e apenas 9,5% dos pacientes apresentaram consumo de cálcio adequado. A ingestão de sódio apresentou excessiva em 67,67% dos pacientes. Desta maneira conclui-se que um elevado percentual de pacientes atendidos pelas extensionistas apresentaram inadequações na ingestão de micronutrientes, podendo gerar um estado patológico devido à carência ou excesso destes micronutrientes.

Palavras-chave: Consumo alimentar. Vitaminas. Minerais. Ingestão dietética de referência.