

A IMPORTÂNCIA DE AÇÕES NUTRICIONAIS PARA PACIENTES EM HEMODIÁLISE THE IMPORTANCE OF NUTRITIONAL INTERVENTIONS FOR HEMODIALYSIS PATIENTS

ISSN: 2595-8704 DOI: 10.29327/2323543.29.1-6

Cristiano de Assis Silva ¹

RESUMO

INTRODUÇÃO: O nutricionista tem papel fundamental no cuidado de pacientes em hemodiálise, atuando na prevenção de complicações, na promoção da qualidade de vida e na manutenção do estado nutricional adequado. A doença renal crônica e o tratamento dialítico provocam alterações metabólicas importantes, exigindo acompanhamento nutricional contínuo e individualizado. **PROBLEMA:** Porque pacientes em tratamento de hemodiálise tem dificuldades em aderir o tratamento? **JUSTIFICATIVA:** Pacientes em hemodiálise apresentam alterações metabólicas importantes e necessitam de acompanhamento contínuo devido às restrições alimentares, perdas nutricionais durante o tratamento e presença frequente de doenças associadas, como hipertensão arterial e diabetes mellitus. **OBJETIVO:** Relatar a importância de ações nutricionais de forma lúdica para melhorar o entendimento de tratamento nutricional em hemodiálise. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma pesquisa de natureza qualitativa, com abordagem aplicada e enfoque descritivo, com relato de experiência de nutricionista que atua como nutricionista clínico na região metropolitana de Vitória E.S. A pesquisa foi realizada através de relato de vivência por nutricionista do sexo masculino, negro, com idade de 45 anos, possuindo experiência a mais de 20 anos, com titulação de doutorado em Saúde Coletiva, especializações em Nutrição Clínica e Saúde Coletiva na região metropolitana de Vitória E.S. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** A atuação do nutricionista em ações nutricionais para pacientes em hemodiálise é indispensável para prevenir complicações, promover equilíbrio metabólico e melhorar a qualidade de vida.

PALAVRA-CHAVE: Ações; Hemodiálise; Orientações; Educação Nutricional.

ABSTRACT

INTRODUCTION: Dietitians play a key role in the care of hemodialysis patients, helping to prevent complications, promote quality of life, and maintain adequate nutritional status. Chronic kidney disease and dialysis treatment cause significant metabolic changes, requiring continuous and individualized nutritional monitoring. **PROBLEM:** Why do patients undergoing hemodialysis have difficulty adhering to treatment? **JUSTIFICATION:** Patients on hemodialysis experience significant metabolic changes and require continuous monitoring due to dietary restrictions, nutritional losses during treatment, and the frequent presence of associated conditions, such as hypertension and diabetes mellitus. **OBJECTIVE:** To highlight the importance of using playful nutritional interventions to improve understanding of nutritional care in hemodialysis. **METHODOLOGY:** This is a qualitative study with an applied approach and descriptive focus, based on the experience of a male Black nutritionist, aged 45, with over 20 years of experience and a PhD in Public Health, who works as a clinical nutritionist in the metropolitan region of Vitória, Espírito Santo. The study was conducted through an experiential account by a male, Black nutritionist, aged 45, with over 20 years of experience, holding a Ph.D. in Public Health and specializations in Clinical Nutrition and Public Health in the metropolitan region of Vitória, Espírito Santo. **FINAL REMARKS:** The role of the dietitian in providing nutritional care for hemodialysis patients is essential for preventing complications, promoting metabolic balance, and improving quality of life.

KEYWORDS: Actions; Hemodialysis; Guidelines; Nutritional Education.

¹ Pós Doutor em Ciências da Educação. Doutor em Ciências da Saúde Coletiva. Mestre em Ciências da Educação pela ACU – Absolute Christian University. Especialista em Saúde Coletiva pela FMS. Bacharel em Nutrição - FSV. Licenciatura em Ciências Biológicas - IFES. **E-MAIL:** cristiano.wc32@gmail.com. **CURRÍCULO LATTES:** lattes.cnpq.br/7723981451094769. **ORCID:** orcid.org/0000-0001-9143-4848

INTRODUÇÃO

Os profissionais nutricionistas desempenham e desenvolvem papel essencial na parte de educação nutricional, em âmbito de pacientes a entenderem e seguirem uma dieta equilibrada e adequada, que podem incluir a descrição de dietas individualizadas e a avaliação de exames mensais, o nutricionista é responsável por promover, desenvolver engajamentos e desenvolvimento nutricional visando melhoria na qualidade de vida, como ações de educação sobre ingestão de líquidos, sódio, potássio, fosforo, açucars entre outros, esse controle essas ações de cunho da educação nutricional facilitam o entendimento prevenindo consumo errado de alimentos que prejudicam o tratamento, para evitar situações de complicações e garantir a saúde dos pacientes em hemodiálise.

O nutricionista tem papel fundamental no cuidado de pacientes em hemodiálise, atuando na prevenção de complicações, na promoção da qualidade de vida e na manutenção do estado nutricional adequado. A doença renal crônica e o tratamento dialítico provocam alterações metabólicas importantes, exigindo acompanhamento nutricional contínuo e individualizado.

O uso do lúdico nas ações nutricionais é uma estratégia importante para tornar a educação alimentar mais acessível, dinâmica e motivadora para pacientes em hemodiálise. Atividades lúdicas facilitam a compreensão das orientações nutricionais, estimulam a participação ativa dos pacientes e favorecem maior adesão ao tratamento.

Pacientes em hemodiálise convivem com diversas restrições alimentares e mudanças no estilo de vida, o que pode gerar ansiedade, insegurança e dificuldade em seguir as recomendações nutricionais. Nesse contexto, recursos educativos lúdicos ajudam a transformar o aprendizado em um momento mais leve e interativo.

Quando o paciente participa ativamente das atividades, ele tende a compreender melhor a importância da alimentação no tratamento e a desenvolver maior autonomia para fazer escolhas alimentares adequadas.

O ambiente da hemodiálise pode ser cansativo e emocionalmente desgastante. O lúdico contribui para momentos mais agradáveis durante o tratamento, fortalecendo o vínculo entre paciente e equipe de saúde.

O nutricionista exerce papel essencial como promotor da saúde no cuidado de pacientes em hemodiálise, atuando não apenas na orientação alimentar, mas também na prevenção de complicações, na promoção da qualidade de vida e no incentivo ao autocuidado. Sua atuação contribui diretamente para a manutenção do estado nutricional e para a melhora do quadro clínico do paciente renal crônico.

PROBLEMA

Porque pacientes em tratamento de hemodiálise tem dificuldades em aderir o tratamento?

JUSTIFICATIVA

Pacientes em hemodiálise apresentam alterações metabólicas importantes e necessitam de acompanhamento contínuo devido às restrições alimentares, perdas nutricionais durante o tratamento e presença frequente de doenças associadas, como hipertensão arterial e diabetes mellitus.

OBJETIVO

Relatar a importância de ações nutricionais de forma lúdica para melhorar o entendimento de tratamento nutricional em hemodiálise.

REFERENCIAL TEÓRICO

A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) tem se figurado como elemento importante na promoção à saúde, tanto no âmbito nacional quanto no internacional. Em sua trajetória, tem havido modificações, partindo de um patamar onde estratégias de EAN eram desenvolvidas com o objetivo de ensinar a alimentação considerada correta, de maneira descontextualizada e com um olhar estritamente biológico. Gozando de maior presença em documentos públicos, as ações de EAN, atualmente, buscam englobar a multiplicidade de fatores e nuances imbricadas no ato de alimentar-se e de fazer escolhas. (FONSECA; GREENWOOD, 2016).

A educação alimentar e nutricional é um processo complexo, dinâmico e cultural, no qual mudanças positivas ocorrem quando são aprendidas, apropriadas e entendidas para serem assimiladas e aceitas pelo grupo social. (SILVA; FONSECA, 2009).

A utilização da ludicidade potencializa a exploração e a construção do conhecimento, pois permite às crianças identificar, classificar, agrupar, ordenar, simbolizar e combinar informações, ao mesmo tempo em que desenvolvem a atenção e a concentração. (MOTTA; BOOG, 1991; SILVA et al, 2013; KISHIMOTO, 2008).

O aprendizado de forma lúdica é importante para todos os públicos-alvo, porém é fundamental para a criança, em virtude da sua dificuldade de focar a concentração em um só aspecto por muito tempo, sendo também um artifício pela abstração importante para o aprendizado infantil. Além disso, para que possa ser efetiva, a aprendizagem deve ser prazerosa. (BOTELHO et al, 2010).

Esse processo ensino-aprendizagem sobre alimentação saudável deve ainda apresentar características como estar pedagogicamente estruturada, ser dialogal, significativa e problematizadora, além de cultivar a construção de cidadania. Também, é desejável que seja contextualizada, isto é, adequada à realidade local,

sustentável e principalmente integrada à comunidade escolar. (COSTA; RIBEIRO; RIBEIRO, 2001; DOMENE, 2008).

Segundo o Censo Brasileiro de Diálise Crônica brasileiro, o país gasta 1,4 bilhão de reais por ano com diálise e transplante renal, sendo um enorme desafio para saúde pública no Brasil (AGUIAR et al., 2011).

Embora doenças hereditárias, sedentarismo e doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) como diabetes, hipertensão, dislipidemias e obesidade, sejam reportadas como causas que colaboram para o desenvolvimento da DRC (Marinho et al., 2017), durante o tratamento dialítico, na maioria das vezes, a desnutrição energético-proteica torna-se bastante comum e é uma das causas do aumento da morbidade e mortalidade dessa população. Diante dos fatos apresentados, o cuidado nutricional é imprescindível para o tratamento da DRC (Bousquet-Santos et al., 2019), tendo em vista as inúmeras restrições alimentares de modo a reduzir os danos do curso da doença, como também a prevenção da monotonia alimentar a que estes indivíduos estão susceptíveis devido às limitações dietéticas (Oliveira et al., 2021).

Portanto, ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) devem se tornar parte do tratamento integral da DRC, pois podem ser úteis para melhorar a qualidade de vida dos pacientes. Além de auxiliar no processo de aceitação e compreensão dos novos hábitos alimentares que devem ser construídos durante o tratamento da DRC. O entendimento sobre a nova rotina alimentar pode promover escolhas conscientes, gerando assim o autocuidado (Danelon et al., 2018).

METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa de natureza qualitativa, com abordagem aplicada e enfoque descritivo, com relato de experiência de nutricionista que atua como nutricionista clínico na região metropolitana de Vitória E.S. A pesquisa foi realizada através de relato

de vivência por nutricionista do sexo masculino com idade de 45 anos, possuindo experiência a mais de 20 anos, com titulação de doutorado em Saúde Coletiva, especializações em Nutrição Clínica e Saúde Coletiva na região metropolitana de Vitória E.S.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

O pesquisado relata possuir experiência como nutricionista desde 2005, atuando em várias vertentes do âmbito nutricional, principalmente na área de nutrição clínica, relata realizar ações de educação nutricional, palestras para melhoria da qualidade de vida das pessoas e pacientes, relata ainda realizar ações para pacientes em hemodiálise de forma lúdica, com imagens, músicas e artefatos diversos para que os pacientes possam assimilar e entender a mensagem e a orientação nutricional e dessa forma os pacientes aderirem ao tratamento, vários temas e abordagens são realizadas para que o paciente possa entender e aprender o que realmente é alimentação saudável, o que realmente é “comida de verdade”, o nutricionista relata em falar muito duas frases aos pacientes “você é, o que você come”, “vamos fazer do seu alimento o seu medicamento” Hipócrates. As ações são realizadas para os mais diversos públicos, seja criança, adolescentes, jovens, adultos, gestantes, idosos, mesmo usando o lúdico para todas as idades, na verdade o importante é o paciente entender e conseguir assimilar a mensagem que é transmitida e conseguir ter melhoria do seu quadro clínico.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A atuação do nutricionista em ações nutricionais para pacientes em hemodiálise é indispensável para prevenir complicações, promover equilíbrio metabólico e melhorar a qualidade de vida. O acompanhamento nutricional individualizado contribui diretamente para a adesão ao tratamento e para a manutenção da saúde do

paciente renal crônico. O lúdico é uma ferramenta valiosa nas ações nutricionais para pacientes em hemodiálise, pois promove educação alimentar de forma humanizada, participativa e eficiente. Além de facilitar o aprendizado, contribui para maior adesão ao tratamento, melhora da qualidade de vida e fortalecimento do cuidado integral ao paciente renal.

REFERÊNCIAS

- AGUIAR, L. K. DE, PRADO, R. R., GAZZINELLI, A., & MALTA, D. C. (2020). **Fatores associados à doença renal crônica: inquérito epidemiológico da Pesquisa Nacional de Saúde**. Revista Brasileira de Epidemiologia, 23, 1-15.
- BOTELHO, L. P. et al. **Promoção da alimentação saudável para escolares: aprendizados e percepções de um grupo operativo**. Revista Nutrire - Sociedade Brasileira de Alimentação e Nutrição, São Paulo, SP, v. 35, n. 2, p. 103-116, ago. 2010.
- COSTA, E. Q.; RIBEIRO, V. M. B.; RIBEIRO, E. C. O. **Programa de alimentação escolar: espaço de aprendizagem e produção de conhecimento**. Revista de Nutrição, Campinas, v. 14, n. 3, p. 225-229, 2001.
- DANELON, B., MOREIRA, A., NASCIMENTO, M., LOURES, L., & AGUIAR. **Efeitos a curto e longo prazos de ações de Educação Alimentar e Nutricional no perfil nutricional de pacientes em hemodiálise**. Revista Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria, 2018.
- DOMENE, S. M. A. **A escola como ambiente de promoção da saúde e educação nutricional**. Psicologia USP, São Paulo, v. 19, n. 4, p. 505-517, 2008.
- GREENWOOD, S. A.; FONSECA, A. B. **Espaços e caminhos da educação alimentar e nutricional no livro didático**. Ciência & Educação., Bauru, v. 22, n. 1, p. 201-218, 2016.
- KISHIMOTO, T. M. **Jogo, brinquedo, brincadeira e a educação**. 13. ed. São Paulo: Editora Cortez, 2008,
- MARINHO, A. W. G. B., PENHA, A. P., SILVA, M. T., & GALVÃO, T. F. (2017). **Prevalência de doença renal crônica em adultos no Brasil: uma revisão sistemática da literatura**. Caderno de Saúde Coletiva, 25(3), 379-388.
- MOTTA, D. G.; BOOG, M. C. F. **Educação nutricional**. São Paulo: IBRASA, 1991. (livro) PEREIRA, P. R.; SCAGLIUSI, F. B.; BATISTA, S. H. S. S. **Educação nutricional nas escolas: uma revisão**. Revista Nutrire - Sociedade Brasileira de Alimentação e Nutrição, São Paulo, SP, v. 36, n. 3, p. 109-129, dez. 2011.

OLIVEIRA, M. E., SOUZA, T., ALMEIDA, A., & COUTINHO, D. J. G. (2021). **Influência da terapia nutricional na doença renal crônica: uma revisão integrativa.** Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação (REASE), 7(10), 2675-3375.

SILVA, E. C. R.; FONSECA, A. B. **Abordagens pedagógicas em educação alimentar e nutricional em escolas no Brasil.** In: Encontro Nacional De Pesquisa Em Ensino De Ciências (ENPEC), 7., nov. 2009. Anais... Florianópolis: ABRAPEC, 2009.