

QUESTÃO 38

A Ingestão Dietética de Referência (IDR) é composta por 4 valores de referência correspondentes às estimativas quantitativas da ingestão de nutrientes e estabelecidos para serem utilizados na avaliação e no planejamento de dietas de indivíduos saudáveis e de grupos populacionais, segundo ciclos de vida e gênero. Os 4 valores de referência para o consumo de nutrientes são: necessidade média estimada (EAR), ingestão dietética recomendada (RDA), ingestão adequada (AI) e nível de ingestão máximo tolerável (UL).

Considerando a utilização da IDR durante o acompanhamento nutricional de uma gestante, responda, em até 15 linhas, às questões a seguir.

- a) Qual dos valores de referência citados acima deve ser utilizado para avaliar o consumo de nutrientes? Justifique sua resposta. (valor: 2,0 pontos)
- b) Qual dos valores de referência citados acima deve ser utilizado para o planejamento da dieta de uma gestante? Justifique sua resposta. (valor: 2,0 pontos)
- c) Sabendo que as recomendações nutricionais durante a gestação devem ser ajustadas ao estado fisiológico, que orientações devem ser dadas à gestante sobre a importância do aumento do consumo de ferro e de ácido fólico durante a gravidez? (valor: 3,0 pontos)
- d) Que orientações dietéticas um nutricionista deve dar à gestante para elevar o consumo de ferro e ácido fólico, levando em consideração a biodisponibilidade desses nutrientes, as fontes alimentares e a suplementação? (valor: 3,0 pontos)

Padrão de Resposta:

- a) EAR ou AI para os nutrientes que não possuem EAR estabelecido, pois é o valor indicado para avaliar dietas para indivíduos por representar a necessidade média estimada para 50% dos indivíduos saudáveis (EAR é a média). (valor 2,0 pontos)

Se o aluno responder somente (EAR ou AI para os nutrientes que não possuem EAR estabelecido) - vale 50% da questão.

Se o aluno só justificar (pois é o valor indicado para avaliar dietas para indivíduos por representar a necessidade média estimada para 50% dos indivíduos saudáveis (EAR é a média) - vale 50% da questão.

- b) RDA, pois é o valor adequado para realizar o planejamento de dietas para indivíduos por garantir a ingestão suficiente para cobrir as necessidades de 98% de indivíduos saudáveis ($RDA = EAR + 2 dp$). (valor 2,0 pontos)

Se o aluno responder somente – RDA - vale 25% da questão.

Se o aluno só justificar (pois é o valor adequado para realizar o planejamento de dietas para indivíduos por garantir a ingestão suficiente para cobrir as necessidades de 98% de indivíduos saudáveis ($RDA = EAR + 2 dp$) - vale 75% da questão.

c) Importância do ferro: carreador de oxigênio para os pulmões e tecidos orgânicos. É no último trimestre de gestação que ocorre o maior requerimento de ferro pela gestante, devido ao aumento da massa eritrocitária para suprir as necessidades do feto. Previne a anemia ferropriva na mãe e no recém nascido.

Importância do ácido fólico para o feto: participa da síntese de nucleotídeos durante a divisão celular, tem efeito protetor na prevenção de espinha bífida e outros defeitos na formação do tubo neural.

Importância do ácido fólico para a mãe: evita a anemia megaloblástica e complicações obstétricas (sangramento, aborto, descolamento da placenta, prematuridade, hipertensão específica da gravidez). (valor 3,0 pontos)

FERRO:

Se o aluno responder somente (carreador de oxigênio para os pulmões e tecidos orgânicos) – vale 15% da questão.

Se o aluno responder somente (no último trimestre de gestação é que ocorre o maior requerimento de ferro pela gestante, devido ao aumento da massa eritrocitária para suprir as necessidades do feto.) - vale 20% da questão.

Se o aluno responder somente (Previne a anemia ferropriva na mãe e no recém nascido) - vale 15% da questão.

ÁCIDO FÓLICO:

Se o aluno responder somente (participa da síntese de nucleotídios durante a divisão celular) – vale 10% da questão.

Se o aluno responder somente (tem efeito protetor na prevenção de espinha bífida e outros defeitos na formação do tubo neural) – vale 15% da questão.

Se o aluno responder somente (evita a anemia megaloblástica) – vale 10% da questão.

Se o aluno responder somente (evita complicações obstétricas (sangramento, aborto, descolamento da placenta, prematuridade, hipertensão específica da gravidez) – vale 15% da questão.

d) Orientações para consumo de ferro: o consumo alimentar deve ser priorizado na ingestão de alimentos que contenham ferro heme, tais como carnes vermelhas, principalmente fígado e outras vísceras (rim e coração) e carnes de aves, de porco, de peixes e mariscos. Para melhorar a biodisponibilidade de ferro não-heme presente em leguminosas, legumes, verduras verdes-escuras e ovo, deve-se consumir juntamente a estes alimentos sucos ou alimentos ricos em vitamina C. A OMS recomenda que as gestantes recebam suplementação no último trimestre como medida profilática para a mobilização dos depósitos de ferro.

Orientações para consumo de ácido fólico: aumentar o consumo de alimentos fontes, tais como: vegetais verde-escuros (couve, espinafre, aspargo, brócolis), leguminosas (ervilha, lentilha, feijão), frutas cítricas (laranja, limão), fígado, além de alimentos fortificados. Recomenda-se, ainda, a suplementação de ácido fólico no início da gestação.

(valor 3,0 pontos)

FERRO:

Se o aluno responder somente as fontes alimentares (o consumo alimentar deve ser priorizado na ingestão de alimentos que contenham ferro heme, tais como carnes vermelhas, principalmente fígado e outras vísceras (rim e coração), carnes de aves, de porco, de peixes e mariscos.) – vale 10% da questão.

Se o aluno responder somente sobre a biodisponibilidade (Para melhorar a biodisponibilidade de ferro não-heme presente em leguminosas, legumes, verduras verdes-escuras e ovo, deve-se consumir juntamente a estes alimentos sucos ou alimentos ricos em vitamina C.) – vale 20% da questão.

Se o aluno responder somente sobre a suplementação (A OMS recomenda que as gestantes recebam suplementação no último trimestre como medida profilática à mobilização dos depósitos de ferro.) – vale 20% da questão.

ÁCIDO FÓLICO:

Se o aluno responder somente as fontes alimentares (aumentar o consumo de alimentos fontes, tais como, vegetais verde-escuros (couve, espinafre, aspargo, brócolis), leguminosas (ervilha, lentilha, feijão), frutas cítricas (laranja, limão), fígado, além de alimentos fortificados.) – vale 25% da questão.

Se o aluno responder somente sobre a suplementação (Recomenda-se, ainda, a suplementação de ácido fólico no início da gestação.) – vale 25% da questão.

Fonte: Institute of Medicine – Dietary Reference Intakes (1999; 2000; 2001; 2002, 2004; 2005). VITOLLO, M.R. Nutrição: da gestação ao envelhecimento. Rio de Janeiro: Ed. Rubio, 2008.

QUESTÃO 39

Um paciente do sexo masculino, com 45 anos de idade, com diagnóstico de síndrome da imunodeficiência adquirida, há 15 anos em uso de terapia anti-retroviral de alta eficácia (HAART), foi a um ambulatório de nutrição do serviço de infectologia, para consulta de acompanhamento nutricional. O paciente relatou que, no último mês, sofreu perda de peso corporal devido a um quadro de diarreia infecciosa, náuseas e vômitos que persistiu por duas semanas. O nutricionista coletou, durante a avaliação nutricional realizada na consulta, dados bioquímicos e antropométricos do paciente, que estão apresentados na tabela abaixo.

(tabela)

Considerando essa situação hipotética, elabore texto, com até 15 linhas, abordando os seguintes aspectos:

a) a relação entre a terapia anti-retroviral de alta eficácia utilizada e as alterações bioquímicas e antropométricas apresentadas pelo paciente; (valor: 5,0 pontos)

b) As orientações nutricionais que devem ser dadas ao paciente no que se refere aos quadros de diarreia crônica e de náuseas e vômitos. (valor: 5,0 pontos)

Padrão de Resposta:

a)

O estudante deve abordar por quais mecanismos fisiopatológicos, a utilização dos medicamentos anti-retrovirais, influenciam nas alterações bioquímicas e antropométricas citadas no caso. Ele deve considerar que:

- o uso prolongado do HAART (ou coquetel anti-retroviral) pode ocasionar efeitos colaterais como resistência à insulina, com desenvolvimento de sinais e sintomas conhecidas como de doenças crônicas (diabetes, obesidade central).

- um dos efeitos colaterais conhecidos do uso do HAART é a lipodistrofia. As alterações anatômicas são lipoatrofia na região da face, membros inferiores e superiores, proeminência nas veias superficiais, associado ou não ao acúmulo de gordura no abdômen, região cervical (giba) e nas mamas. As alterações metabólicas (bioquímicas) compreendem o aumento sérico de triglicérides e hiperglicemia. (Krause, 2002).

(2,5 pontos) Caso o estudante, aborde corretamente apenas um dos tipos de alterações (bioquímicas e/ou antropométricas) ou abordagem parcial de cada uma das alterações, deve-se considerar a metade da pontuação total do item.

(5,0 pontos) O estudante deverá ser capaz de abordar corretamente as alterações bioquímicas e antropométricas relacionadas ao efeito colateral advindo do uso prolongado do HAART.

b)

O estudante deve apresentar as orientações nutricionais contextualizando com exemplos práticos as alterações alimentares a serem feitas na dieta considerando as complicações de diarreia e náuseas e vômitos.

1) As orientações para náusea incluem: refeições pequenas e frequentes, evitar refeições com alto teor de gordura, preferir alimento resfriado ou à temp. ambiente, evitar deitar-se estirado logo após a refeição. As orientações para casos de vômito estão contempladas na situação de diarreia e náusea, sendo principalmente: reposição de líquidos e eletrólitos, refeições pequenas e frequentes, diminuir a gordura.

2) As orientações para casos de diarreia incluem: reposição de líquidos e eletrólitos, dieta com fibras solúveis e insolúveis, dieta pobre em lactose, diminuir a gordura, evitar alimentos e bebidas causadoras de gases, evitar cafeína. Orientações para o da glutamina como suplemento alimentar. (Krause, 2002).

(5,0 pontos) Caso o estudante apresente pelo menos quatro orientações para cada complicação (1 e 2) totalizando oito orientações nutricionais, deve-se considerar a pontuação completa do item.

(2,5 pontos) Caso o estudante aborde parcialmente as orientações nutricionais, com a inclusão de pelo menos duas orientações nutricionais para cada complicação, totalizando quatro orientações, deve-se considerar a metade da pontuação do item.

(1,25 pontos) Caso o estudante aborde menos de 2 orientações nutricionais para cada caso, deve-se considerar o valor de 1,25 pontos para o item.

QUESTÃO 40

Uma cidade de porte médio, com 200 mil habitantes, implantou um restaurante popular (RP) no maior bairro do município, onde vivem 50 mil pessoas das classes D e E. Os usuários do RP são trabalhadores da agroindústria, da construção civil e do comércio das imediações. Considerando que os RPs são equipamentos públicos de promoção da segurança alimentar e nutricional (SAN), é dever do nutricionista responsável pelo restaurante aplicar a abordagem da SAN em suas várias dimensões, com vistas à promoção da saúde de usuários e funcionários do serviço, na perspectiva da integralidade da assistência, envolvendo os diferentes níveis de complexidade do sistema de saúde.

Considerando essa situação, faça o que se pede nos itens a seguir.

a) Identifique duas ações, uma de vigilância alimentar e nutricional e outra de educação alimentar e nutricional, a serem desenvolvidas de forma articulada pelo nutricionista. Descreva as ações, a articulação entre elas e o público envolvido. Justifique a importância dessas ações; (valor: 5,0 pontos)

b) Identifique duas ações de promoção da SAN a serem desenvolvidas pelo nutricionista, ressaltando sua articulação com o Sistema Único de Saúde (SUS) e o público envolvido. Justifique a importância dessas ações. (valor: 5,0 pontos)

Padrão de Resposta

a)
Espera-se que o estudante seja capaz de identificar duas ações, uma de vigilância alimentar e nutricional e uma de educação alimentar e nutricional, de forma articulada, ou seja, num contexto em que uma seja o diagnóstico a partir do qual a outra seja planejada e desenvolvida, o que explicitará sua articulação. Como justificativa da importância, espera-se que o estudante apresente possíveis impactos das ações para a promoção da saúde do público envolvido.

b)
Espera-se que o estudante seja capaz de identificar duas ações de promoção da SAN articuladas com outros cenários do SUS. O estudante deverá, minimamente, I) reconhecer que a produção de refeições contribui para a melhoria do acesso a alimentos (portanto, é uma ação da promoção da SAN) e é uma atividade que está regulada pela ANVISA, ou seja, um cenário do sistema de saúde; e II) reconhecer que o RP está inserido num território, onde existem unidades de saúde e equipes

de saúde da família, e que os usuários do RP são os mesmos usuários do serviço de saúde local, o que permite e se enriquece pela integração/articulação entre os profissionais do RP e do SUS no território. Como justificativa da importância, espera-se que o estudante apresente possíveis impactos das ações para a promoção da saúde do público envolvido.

Critérios de pontuação considerados

Item a

0 = resposta errada/sem resposta.

1 = se o estudante identifica, de forma incompleta, apenas uma ação.

2 = se o estudante identifica uma ação de forma completa.

3 = se o estudante identifica duas ações de forma incompleta

4 = se o estudante identifica, de forma completa, duas ações.

5 = se o estudante identifica de forma completa duas ações e apresenta justificativa coerente de sua importância.

Item b

0 = resposta errada/sem resposta.

1 = se o estudante identifica, de forma incompleta, apenas uma ação.

2 = se o estudante identifica uma ação de forma completa.

3 = se o estudante identifica duas ações de forma incompleta.

4 = se o estudante identifica, de forma completa, duas ações.

5 = se o estudante identifica de forma completa duas ações e apresenta justificativa coerente de sua importância.