FIQUE ATENTO AOS SINAIS DE ALERTA!

Você pode estar perdendo peso de forma preocupante se:

- Suas roupas estão ficando largas, mesmo sem dieta e exercícios;
- Perdeu o apetite de repente e quase não sente fome;
- Sente fraqueza e cansaço com facilidade, mesmo após dormir bem;
- Fica sem força para tarefas do dia a dia como subir escadas ou carregar sacolas;
- Come pouco porque se sente cheio(a) rapidamente;
- Está ficando doente com mais frequência.



TRAZER COMIDA DE CASA PARA OS PACIENTES: QUAL É O PROBLEMA?

Levar comida de casa para pacientes internados pode parecer um gesto de carinho e cuidado, mas essa prática exige atenção. Apesar de oferecer conforto emocional, ela pode trazer riscos à saúde do paciente se não for feita com a orientação da equipe da nutrição.

VANTAGENS	DESVANTAGENS
Conforto emocional	Risco de contaminação alimentar
Pode facilitar aceitação alimentar	Desalinhamento com dieta prescrita
Participação familiar no cuidado	Dificuldade de monitoramento nutricional

Uma Bolsa, Uma Refeição: Veja Essa Comparação Surpreendente

1 bolsa de nutrição parenteral equivale a:



1 bolsa de nutrição enteral equivale a:



CLASSIFICAÇÃO ANTROPOMÉTRICA

Classificação do Índice de Massa Corporal (IMC) para adultos	
IMC (kg/m²)	Classificação
< 18,5	Magreza
18,5 a 24,9	Eutrofia
25,0 a 29,9	Sobrepeso
30,0 a 34,9	Obesidade grau I
35,0 a 35,9	Obesidade grau II
≥ 40,0	Obesidade grau III

Fonte: WORLD HEALTH ORGANIZATION. Obesity: preventing and managing the global epidemic. Geneva: WHO, 1997.

Classificação do Índice de Massa Corporal (IMC) para idosos	
IMC (kg/m²)	Classificação
≤ 23,0	Baixo peso
23,0 a 27,9	Peso adequado
28,0 a 29,9	Excesso de peso
≥ 30,0	Obesidade

Fonte: Organização Pan-Americana da Saúde - OPAS, 2002

Classificação da Força de Preensão Palmar (FPP) para idosos		
Classificação	Homens	Mulheres
Força diminuída	< 32 kgF	< 19 kgF

Fonte: DODDS, R.M. et al. Grip Strength across the Life Course: Normative Data from Twelve British Studies. Plos One. Dezembro, 2014.

Classificação da Força de Preensão Palmar (FPP) para idosos		
Classificação	Homens	Mulheres
Fraqueza muscular	< 27 kgF	< 16 kgF

Fonte: Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia. Recomendações para Diagnóstico e Tratamento da Sarcopenia no Brasil. 2022.

Trazer comida de casa para os pacientes: Qual o problema?

melhor aceitação alimentar?

não necessariamente, esse é o esperado, mas nunca garantido!

dificuldade de monitoramento alimentar



conforto emocional?

risco de contaminação alimentar

maior participação familiar no cuidado?

não é melhor participar e entender o cuidado dado pelo hospital?

desalinhamento com a dieta prescrita

SOBRE NÓS

Docentes do departamento de nutrição: Kenia Baiocchi; Regina Avelino; Nathalia Pizato; Maisa Araújo e Simone Gonzaga

Discentes do curso de nutrição: Ana Catherine; Débora Guimarães; Fátima Caires; Guilherme Henrique; Julia Rodrigues; Juliana Mendes; Lays Lara; Letícia Moreira; Loren Ingryd; Maria Eduarda; Mariana Pereira; Raquel Magalhães; Sabrina Aparecida; e Vitória Oliveira.

Nutricionistas:
Leiciane Andrade; Aline Amaral; Felipe Santos e Camila Leal.

Participações:
Liga Acadêmica de Terapia Nutricional
-**@litenunb**
-**@hub_unb**

Equipe Multiprofissional de Terapia Nutricional- HUB/Ebserh

SEMANA DE COMBATE À DESNUTRIÇÃO HOSPITALAR

NUTRIR É CUIDAR, PREVENIR É SALVAR.

LIGA ACADÊMICA DE TERAPIA NUTRICIONAL

UnB | HUB

EBSERH
HOSPITAIS UNIVERSITÁRIOS FEDERAIS