



## **ESTUDO DE CASO: DISLIPIDEMIA E EDUCAÇÃO ALIMENTAR DE UM FREQUENTADOR DE UMA UBS NO MUNICÍPIO DE BAGÉ/RS**

Amanda Severo Teixeira<sup>1</sup>, Alechandra Schwanck Napparo<sup>1</sup>, Elisandra Da Silva Paz<sup>1</sup>, Letícia Vieira De Sousa<sup>1</sup>, Marciéli Martinez De Assumpção<sup>1</sup>, Vera Maria De Souza Bortolini<sup>2</sup>

As dislipidemiassão alterações no metabolismo de lipídios, decorrentes de distúrbios de qualquer fase do metabolismo lipídico e que ocasionem repercussões nos níveis séricos de lipoproteínas. Sabe-se que a alimentação saudável e a prática de atividade física, contribui para uma vida equilibrada e mais saudável. O aumento dos níveis de triglicérides no plasma sanguíneo está relacionando ao fator genético e ao fator ambiental por meio da alimentação. O objetivo deste estudo foi avaliar o perfil nutricional, analisar o hábito alimentar, intervir com orientação nutricional e a oferta de um plano alimentar para um paciente com dislipidemia. Esta pesquisa caracteriza-se como estudo de caso, realizada durante o estágio em Saúde Pública do Curso de Nutrição/URCAMP na Unidade Básica de Saúde (UBS) Arvorezinha, no primeiro semestre de 2017. O paciente após o diagnóstico de dislipidemia foi encaminhado ao Ambulatório de Nutrição. Primeiramente foi realizada anamnese através das variáveis sociodemográficas de saúde, avaliação nutricional e Recordatório de 24 horas (R24h). Para coleta dos dados foi utilizado a ficha de avaliação nutricional e o R24h, na avaliação antropométrica foi aferido peso e estatura, utilizando-se como referência o Índice de Massa Corporal (IMC) e verificado a circunferência da cintura como marcador de risco para doenças cardiovasculares. Após avaliação foi ofertado o plano alimentar calculado através da dieta por quotas. Paciente do sexo masculino, com 25 anos de idade, profissão de soldador, escolaridade ensino médio completo, peso 84,400 kg, medindo 176 cm, circunferência da cintura de 96 cm, IMC 27,3 (sobrepeso), exames bioquímicos da primeira avaliação, colesterol HDL:46mg/dl, LDL:188mg/dl, Triglicérides (TG)262mg/dl. Histórico familiar de hipertensão, obesidade, dislipidemias e gastrite. Não fuma, bebe socialmente, aceita bem todos os tipos de alimentos, relatou sentir fome com frequência, funcionamento intestinal normal, não faz uso de laxantes. De acordo com R24h, consumia: açúcar refinado, doces como chocolates e sobremesas, frituras com frequência, margarina, lanches, refrigerante até três vezes na semana, suco em pó diariamente, bebia mais de quatro copos de água e não consumia verduras. Nunca havia realizado acompanhamento nutricional e não praticava atividade física. Fazia uso do medicamento sinvastatina. Também relatou

<sup>1</sup> Discentes do Curso de Nutrição/ URCAMP

<sup>2</sup> Doutora, Docente do Curso de Nutrição/URCAMP

não fazer a colação e no almoço consumia entre um e dois pratos cheios de arroz branco, três pratos de feijão e uma porção de carne vermelha, batata frita à vontade, salada de maionese, suco ou refrigerante. No lanche da tarde consumia um copo de leite com achocolatado, um pastel ou empanado; no jantar um iogurte ou achocolatado, um pão francês com maionese ou biscoito, doce à vontade. Valor Calórico Total (VCT)do R24hde 2.357,9 kcal. Foi ofertado um plano alimentar diversificado e equilibrado com VCT de 1770 kcal, totalizando 20 quotas. Após o paciente seguir as orientações nutricionais prescritas durante três meses, apresentou novos exames bioquímicos, com os valores para HDL: 48mg/dl, LDL:58,80mg/dl, TG:186mg/dl, baixou o peso para 73,300 kg e a cintura para 86 cm. Através deste estudo, pode-se verificar que a educação nutricional promove mudança de hábitos, provocando efeitos positivos nos parâmetros de saúde.

**Palavras chaves:** perfil nutricional, educação alimentar, dislipidemia.

<sup>1</sup> Discentes do Curso de Nutrição/ URCAMP

<sup>2</sup> Doutora, Docente do Curso de Nutrição/URCAMP