



Os relatos abaixo foram colhidos durante a pesquisa e mostram que os pacientes procuram pessoas que as tratem com respeito e carinho, cumprindo seu compromisso profissional com ética e dedicação. Notou-se a importância da capacidade de encontrar no outro um motivo para ser um profissional melhor.

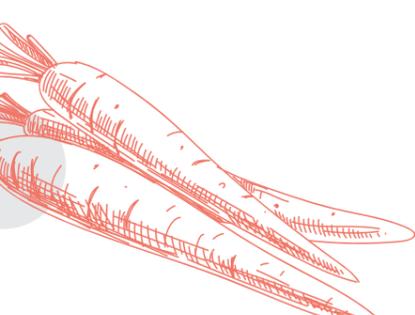
"Eu não sou burro, se você conseguir me explicar eu entendo, igual eu estou te entendendo agora, mas tem gente que não sabe falar com a gente" (Paciente A).

"Eu vejo assim, que quando a pessoa conversa e te explica bem, numa boa, você consegue entender que não está sozinha e que tem alguém pra te ajudar a se tratar" (Paciente C).

"Quando me deram o diagnóstico de Diabetes só me disseram:"- Você não pode isso, não pode aquilo e pronto. A Doutora disse: Você quer morrer? Então, tem que se tratar." Eu respondi: "- Não é assim Dra. Você tem que conversar, se a senhora trabalha nessa área, não tem como falar assim"( Paciente C).

O aconselhamento dietético leva o profissional a um envolvimento muito mais profundo com as questões dos pacientes, o que torna possível utilizar de maneira muito mais intensa os conhecimentos da nutrição na perspectiva de auxiliar o paciente em sua busca por qualidade de vida, gerando maior satisfação no profissional por participar ativamente desta construção, aumentando o vínculo, o carinho e o respeito entre os envolvidos.

Muitas vezes o tempo que passamos no trabalho é maior do que o tempo que passamos com a família e amigos, sendo importante a motivação, sensação de satisfação e paixão com o trabalho para evitar problemas físicos e mentais (MARQUES, 2015).



*"Conheça todas as teorias,  
domine todas as técnicas,  
mas ao tocar uma alma  
humana, seja apenas outra  
alma humana."*

**Carl G. Jung**

**Referências Bibliográficas**

BOOG, M.C.F. *Educação em Nutrição: integrando experiências*. Campinas: Komedi, 2013.

FREIRE, P. *Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa*. 13. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1996.

FREIRE, P. *Educação e Mudança*. 24. ed. Rio de Janeiro: Editora Paz e Terra, 2001.

FREIRE, P.; NOGUEIRA, A. *Que fazer: teoria e prática da educação popular*. 13. ed. Petrópolis: Vozes, 2014.

MARQUES, J.M. *Saúde e Coaching: saúde na história, desenvolvimento neural e princípios do Coaching*. Goiânia: Editora IBC, 2015.

*Material educativo construído no programa de Pós-Graduação Stricto Sensu Ensino em Saúde, mestrado profissional da Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul (UEMS)*

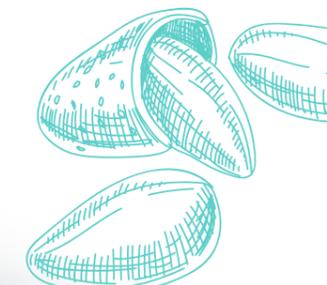
R696a Rosa, Renata Martins Castro

*Aconselhamento dietético: intervenção de educação alimentar e nutricional em unidade de nutrição clínica/ Renata Martins Castro Rosa. – Dourados, MS: UEMS, 2017*

*Produção Técnica (Mestrado) – Ensino em Saúde - Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul, 2017. Orientadora: Profa. Dra. Vivian Rahmeier Fietz. Co-orientadora: Profa. Elaine M. T. Watanabe.*

1. Aconselhamento dietético 2. Educação nutricional 3. Educação em saúde I. Título

CDD 23. ed. - 613.2



## **Aconselhamento Dietético:** Uma intervenção de Educação Alimentar e Nutricional

**OBJETIVO:** Proporcionar o desenvolvimento de práticas que não se atenham apenas às diretrizes técnicas, mas que possam qualificar a vida, trazer saúde e bem estar em todos os sentidos.

Nota-se que o foco tecnicista da formação do nutricionista faz com que a educação alimentar e nutricional seja colocada em segundo plano, assim a inserção de um material que desperte a importância de se atentar a esta prática serve de ajuda aos profissionais e estudantes como estratégia de humanização do serviço.





## ACONSELHAMENTO DIETÉTICO

(BOOG, 2013)

Educação Alimentar e Nutricional significa voltar-se para a formação de valores, para o prazer, responsabilidade, atitude crítica e liberdade. Abrangendo todas essas dimensões, uma das estratégias que o nutricionista pode utilizar é o aconselhamento dietético (BOOG, 2013).

Por se tratar de uma intervenção baseada no acolhimento e na compreensão, se realizada durante a internação pode possibilitar ao paciente a reflexão sobre suas atitudes, sendo assim um apoio na construção dos conhecimentos necessários para o cuidado com a saúde.

A realização deste trabalho explicitou que são vários os aspectos que fazem parte da construção de novas perspectivas para o ato de alimentar, tais como: relacionamento com o profissional de saúde, conhecimento sobre a doença e o autocuidado, e o comportamento alimentar. Ressalta-se a importância de considerar estes aspectos durante os atendimentos, tratando cada paciente como detentor de uma história de vida única, com demandas próprias.

Cada pessoa tem singularidades que requerem adaptações no processo educativo para atender demandas específicas. Na perspectiva do aconselhamento não existe paciente difícil ou rebelde, mas uma pessoa que demanda cuidados e cujo problema pode ter diferentes graus de complexidade (BOOG, 2013).

### FUNDAMENTAÇÃO DO MÉTODO

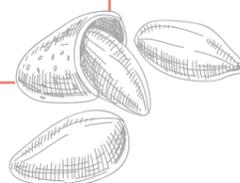
*Educar não é transmitir conhecimentos, mas criar as possibilidades para sua construção ou produção, jamais como uma experiência fria e sem alma em que os sentimentos, emoções e sonhos devam ser reprimidos (FREIRE, 1996).*

*Através do diálogo é que se dá a verdadeira comunicação, onde os interlocutores são ativos e iguais (FREIRE, 2001).*

*Humanizar a saúde é transformar a forma de pensar os modelos de gestão e suas práticas, num processo que o foco seja o ser humano e não a sua doença (MARQUES, 2015).*

*Quando a prática está preenchida de curiosidade ela é capaz de despertar inúmeras possibilidades (FREIRE; NOGUEIRA, 2014).*

*As ações educativas devem surgir do olhar curioso e investigativo. (BOOG, 2013)*



## ATITUDES E RESULTADOS EM CADA ETAPA:

**1 - Construção do vínculo, estabelecimento do diálogo e descoberta inicial** - Momento de formação do vínculo e conhecimento da história alimentar do paciente:

- **Postura do profissional** – ouvir contextualmente o paciente, tanto na fala quanto nas expressões corporais, sem julgamentos, sendo curioso e estimulando o paciente a expor e também a compreender sua história. É fundamental a empatia, autenticidade e considerações positivas na condução do encontro.
- **Ferramentas utilizadas** – entrevista com perguntas abertas que possibilitem o desenrolar de um diálogo permeado pela curiosidade.
- **Sugestão de perguntas norteadoras** -
  - Fale-me sobre sua alimentação ao longo de sua infância e adolescência.

Fale-me sobre sua alimentação nos dias de hoje.

- Você acredita que são necessárias mudanças em sua alimentação atualmente? Quais?
- **Resultado** – o paciente consegue identificar necessidade de mudança e estabelecer para si metas e objetivos.

**2 - Exploração em profundidade** - com base nos resultados da primeira etapa, o nutricionista traz os conceitos da nutrição a fim de desvelar e ampliar os temas levantados, subsidiando o paciente de conhecimentos sobre a relação entre a alimentação e a patologia apresentada, reforçando assim a necessidade da mudança de hábitos:

- **Postura do profissional** – encorajadora, estimulando o paciente a fazer mudanças de hábito simples e gradativas, arraigando nele os conceitos repassados sobre a alimentação e patologia.
- **Ferramentas utilizadas** – elementos concretos propiciando a vivência do paciente no aprendizado dos conceitos nutricionais.
- **Sugestão de perguntas norteadoras** –
  - O que é preciso fazer para alcançar as mudanças levantadas na etapa 1?
  - Quais dificuldades você pode encontrar para colocar em prática estas mudanças?
  - O que você realmente deseja colocando em prática estas mudanças?
- **Resultados** – ampliação dos conhecimentos básicos sobre a alimentação e a percepção de novas práticas que podem ser colocadas em uso no dia a dia.

**3 - Preparação para Ação** - é o momento da palavra em ato. O paciente ensaia um novo modo de agir. As duas primeiras fases foram mais interrogativas para ele. Esta fase é uma transição entre o querer e o fazer.

- **Postura do profissional** – postura de apoiador. Realizando avaliação conjunta com o paciente aprimorando as estratégias selecionadas para enfrentar os problemas.
- **Ferramentas utilizadas** – entrevista com perguntas abertas que possibilitem o acompanhamento do processo de mudança de hábito do paciente e da efetivação da ação.
- **Sugestão de pergunta norteadora** –
  - Como você colocará em prática as mudanças que estamos discutindo?
- **Resultados** – percepção das dificuldades e facilidades de manter as condutas e metas estabelecidas.

**4 - Integração** – é quando o paciente integra em sua rotina uma nova maneira de se alimentar.

Postura do profissional – apoiador e encorajador na continuidade e melhoria das estratégias.

- **Ferramentas utilizadas** – entrevista com perguntas abertas que possibilitem o acompanhamento do processo de mudança de hábito do paciente e da efetivação da ação.
- **Sugestão de pergunta norteadora** –
  - Como tem sido colocar em prática as mudanças discutidas por nós?
- **Resultados** – escolhas alimentares mais adequadas à sua condição de saúde.

Esse item foi baseado nos resultados da pesquisa e em Boog (2013)

