

Front Matter / Elementos Pré-textuais / Páginas Iniciais

SciELO Books / SciELO Livros / SciELO Libros

VILLELA, NB., and ROCHA, R. *Manual básico para atendimento ambulatorial em nutrição* [online]. 2nd. ed. rev. and enl. Salvador: EDUFBA, 2008. 120 p. ISBN 978-85-232-0497-6. Available from SciELO Books <<http://books.scielo.org>>.



All the contents of this work, except where otherwise noted, is licensed under a Creative Commons Attribution-Non Commercial-ShareAlike 3.0 Unported.

Todo o conteúdo deste trabalho, exceto quando houver ressalva, é publicado sob a licença Creative Commons Atribuição - Uso Não Comercial - Partilha nos Mesmos Termos 3.0 Não adaptada.

Todo el contenido de esta obra, excepto donde se indique lo contrario, está bajo licencia de la licencia Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 3.0 Unported.

**Manual Básico
para
Atendimento
Ambulatorial em
Nutrição**



UNIVERSIDADE FEDERAL DA BAHIA

Reitor

Naomar Monteiro de Almeida Filho

Vice-Reitor

Francisco Mesquita



EDITORA DA UNIVERSIDADE FEDERAL DA BAHIA

Diretora

Flávia Goullart Mota Garcia Rosa

Conselho Editorial

Ângelo Szaniecki Perret Serpa

Caiuby Alves da Costa

Charbel Ninõ El-Hani

Dante Eustachio Lucchesi Ramacciotti

José Teixeira Cavalcante Filho

Maria do Carmo Soares Freitas

Conselheiros Suplentes

Alberto Brum Novaes

Antônio Fernando Guerreiro de Freitas

Armindo Jorge de Carvalho Bião

Evelina de Carvalho Sá Hoisel

Cleise Furtado Mendes

Maria Vidal de Negreiros Camargo

**Manual Básico
para
Atendimento
Ambulatorial em
Nutrição**

Nilze Barreto Villela

Prof. Adjunta, Escola de Nutrição, UFBA

Raquel Rocha

Prof. Assistente, Escola de Nutrição, UFBA

**2ª edição
revista e ampliada**

EDUFBA
Salvador 2008

©2001 by Nilze Barreto Villela e Raquel Rocha.
Direitos para a língua portuguesa adquiridos pela Editora da Universidade Federal da Bahia. Feito o depósito legal.

Capa e projeto gráfico: *Angela Garcia Rosa*

Editoração eletrônica: *Genilson Lima*

Tratamento de imagens: *Rodrigo Schlabit*

Foto da capa: *Danilo Watanabe*

Revisão: *das autoras*

Biblioteca Central Reitor Macêdo Costa - UFBA

V735 Villela, Nilze Barreto.

Manual básico para atendimento ambulatorial em nutrição / Nilze Barreto Villela, Raquel Rocha. - 2. ed.. - Salvador : EDUFBA, 2008.
120 p.

Inclui anexo.

ISBN 978-85-232-0497-6

1. Nutrição - Manuais, guias, etc. 2. Hábitos alimentares.
3. Alimentação - Manuais, guias, etc. 4. Aconselhamento em nutrição.
I. Rocha, Raquel. II. Título.

CDD - 303.6

EDUFBA

Rua Barão de Geremoabo, s/n
Campus de Ondina, Salvador-BA

CEP 40170-290

Tel/fax: (71) 3283-6164

www.edufba.ufba.br

edufba@ufba.br

APRESENTAÇÃO

O conhecimento que emana das ciências da Alimentação e Nutrição apesar dos avanços tecnológicos e dos princípios que norteiam a globalização, ainda permanece restrito a um grupo específico da população brasileira, compreendendo-se a grande estiagem que permeou por muitos anos entre os traços culturais, o acreditar na ciência, a hegemonia de outras áreas da saúde que sufocou o expandir da Alimentação/Nutrição, e também a falta de estrutura e o querer político de assumir graves problemas da saúde sanáveis através destas Ciências, independente de raça, credo, ou, situação econômico social.

A ausência de um trabalho educativo, somado aos hábitos e tabus alimentares, tendo por base informações distorcidas pelos mais variados interesses, levam o indivíduo ao desequilíbrio nutricional, o mesmo acontecendo quando da ingestão excessiva de alguns nutrientes em detrimento de outros, ou, ainda a deficiência da oferta dos nutrientes, elementos vitais para a saúde humana.

No nosso cotidiano, temos relatos dos mais variados, que fortalecem nossa proposta, nos norteando para desenvolver ações educativas.

Toda experiência acumulada apontou resultados que nos encorajaram a desenvolver o presente trabalho, na forma de Manual, elaborado com a finalidade de proporcionar melhoria

do atendimento, auxiliando não somente o entendimento das instruções fornecidas aos pacientes ou seu cuidador, mas aos discentes – profissionais em formação – e outros profissionais da Área de Saúde, que atuam no Ambulatório de Nutrição do Pavilhão Professor Francisco Magalhães Neto. Contudo as orientações aqui contidas, não substituem o atendimento nutricional individualizado, onde o nutricionista tem todo um proceder científico pautado nas necessidades nutricionais de cada indivíduo, dentro das características específicas do quadro patológico apresentado, e, das condições básicas de vida do assistido.

Colocamos ao seu dispor, como usuário, este Manual, na expectativa de que possa utiliza-lo para servir aos interesses da sociedade, representada por aqueles que buscam o atendimento em Ambulatórios de Nutrição, de forma adequada e segura, dentro de suas reais condições.

SUMÁRIO

1

RECOMENDAÇÕES NUTRICIONAIS

Para vida saudável 13

Adolescentes 15

Terceira Idade 17

Atleta 19

2

TERAPÊUTICA NUTRICIONAL

Anemia falciforme 23

Anemia ferropriva 24

Anorexia nervosa 25

Cardiopatias 27

Cefaléia 29

Cirurgia bariátrica 31

Colostomia 34

Diabetes mellitus 36

Diarréia 39

Dislipidemia 41

Doença celíaca 43

Doença diverticular 45

Doença do Refluxo Gastroesofágico 46

Doença Hepática Gordurosa Não Alcoólica 48

Doenças Inflamatórias Intestinais 50

Epilepsia 52

Esclerodermia	54
Gastrite crônica	56
Gota	58
Hepatite crônica	60
Hipercolesterolemia	62
Hipertensão	64
Hipertrigliceridemia	66
Intolerância à lactose	67
Insuficiência Renal Crônica	68
Litíase Renal	70
Lúpus Eritematoso Sistêmico	71
Mal de Parkinson	73
Megaesôfago	74
Neoplasias	76
Obesidade	78
Obstipação	81
Osteoporose	84
Pancreatite crônica	86
Úlcera péptica	88

3

ANEXOS

Alimentos flatulentos	93
Alimentos funcionais	94
Alimentos laxantes	95
Alimentos obstipantes	96
Alimentos com alto teor de ácido fólico	97
Alimentos com alto teor de ácido oxálico	98
Alimentos com alto teor de cálcio	99
Alimentos com alto teor de colesterol	100

Alimentos com alto teor de enxofre	101
Alimentos com alto teor de ferro	102
Alimentos com alto teor de fibras	103
Alimentos com alto teor de fósforo	104
Alimentos com alto teor de potássio	105
Alimentos com alto teor de sódio	106
Alimentos com alto teor de vitaminas antioxidantes	107
Alimentos com alto teor de gordura trans	109
Tabela Índice glicêmico	111

4

REFERÊNCIAS