



## PRODUTO DO MESTRADO ESA



### GUIA PARA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL NAS ESCOLAS MÉDICAS

A Sociedade Europeia de Nutrição Parenteral e Enteral (ESPEN) lançou em 2018 um projeto chamado Educação Nutricional nas Escolas Médicas. Esse projeto partiu de uma iniciativa da ESPEN conduzida pela Dra Cristina Cuerda e Dr Maurizio Muscaritoli, em parceria com representantes das escolas médicas de alguns países da Europa, para criar uma proposta de assuntos relacionados a nutrição humana a serem aprendidos nas escolas médicas.

O artigo da ESPEN propõe competências gerais a serem alcançadas ao final do curso pelo discente de medicina:

1. Reconhecer a importância da nutrição na promoção da saúde, prevenção e tratamento de doenças.
2. Conhecer os princípios científicos básicos da nutrição humana.
3. Promover aconselhamento dietético geral a população e pacientes.
4. Identificar pacientes em risco de desnutrição ou desnutridos e conhecer como tratá-los e quando deve encaminhar para um especialista em nutrição clínica.

Este guia traz uma proposta de competências que os discentes precisam alcançar a partir dos assuntos sugeridos pela ESPEN para cada período do curso. Foram definidos 3 subgrupos de assuntos divididos em: Nutrição Básica; Nutrição Aplicada e Nutrição Clínica.

A **Nutrição Básica** é recomendada nos primeiros anos do curso com objetivo de oferecer a base do conhecimento nutricional, aliada a assuntos de fisiologia e bioquímica. Os temas propostos pela ESPEN foram:

1. Macronutrientes (proteínas, carboidratos, lipídios), micronutrientes (vitaminas e oligoelementos) e fibras alimentares.
2. Fisiologia da água, minerais e balanço ácido-básico.
3. Metabolismo intermediário (adaptação ao jejum, estado e estresse pós prandial).
4. Fisiologia da digestão e absorção.
5. Princípios do balanço energético e métodos de mensuração.
6. Composição corpórea e métodos de mensuração.

Após analisar este subgrupo, as competências por nós sugeridas para serem alcançadas pelos alunos, a partir dos temas acima são:

1. Conhecer fontes, valor nutricional e avaliar durante anamnese dos hábitos alimentares se existe risco de alguma patologia pela restrição significativa de algum macro ou micronutriente.
2. Compreender de que forma a fisiologia da água e minerais podem influenciar no estado nutricional do paciente e quais as consequências do desequilíbrio ácido básico para o metabolismo dos nutrientes.
3. Entender sintomas e modificações na massa corporal que podem ocorrer durante o jejum e nos estados pós-prandiais.

4. Compreender como os alimentos se comportam ao longo do tubo digestivo e correlacionar com a melhor forma de utilizá-los para otimizar seu aproveitamento. Além de compreender quais prejuízos podem ser observados com ressecções cirúrgicas no mesmo.
5. Entender como ocorrem os ganhos e perdas de peso a partir da compreensão do balanço energético e quais fatores podem prejudicar ou favorecer o mesmo.
6. Correlacionar as perdas e ganhos de peso com alterações na composição corpórea normal e o impacto disso para saúde e capacidade funcional do indivíduo.

A **Nutrição Aplicada** tem um enfoque preventivo, recomendada no meio do curso, aliado a temas como epidemiologia e medicina preventiva. Os temas propostos pela ESPEN foram:

1. Conhecer os consensos alimentares e recomendações nutricionais.
2. Nutrição aplicada aos diferentes estágios da vida (criança, adolescente, gravidez, lactação, menopausa e no idoso)
3. Estilo de vida saudável (incluindo recomendações de dieta, exercício, efeitos do álcool, tabaco e drogas).
4. Prevenção de doença cardiovascular e câncer.
5. Prevenção da má nutrição (desnutrição e obesidade).
6. Rotulagem dos alimentos.

Após analisar este subgrupo, as competências por nós sugeridas para serem alcançadas pelos alunos, a partir dos temas acima são:

1. Serem capazes de reconhecer se o valor calórico, proteico e de micronutrientes consumidos pelo paciente está dentro do recomendado para faixa etária e situação de saúde do paciente.
2. Reconhecer em cada fase da vida quais os riscos nutricionais mais comuns e quais nutrientes devem receber atenção especial pelo paciente e/ou familiares.
3. Saber avaliar os impactos do estilo de vida no surgimento de algumas patologias e saber recomendações gerais sobre dieta e exercícios para manutenção da saúde.
4. Conhecer as recomendações dos tipos e quantidades de alimentos envolvidos na gênese e na prevenção de câncer e doenças cardiovasculares.
5. Saber orientar medidas gerais de prevenção e controle da obesidade e desnutrição nas diferentes faixas etárias e condições clínicas, inclusive discernindo qual momento deve-se encaminhar ao especialista.
6. Saber correlacionar informações dos rótulos dos alimentos com as necessidades e riscos à saúde como excesso de sal, conservantes, alimentos alergênicos.

A **Nutrição Clínica** é voltada para o cuidado de pacientes com diferentes doenças, esses assuntos são recomendados nos últimos anos do curso em áreas como cirurgia, gastroenterologia, geriatria, nefrologia e etc. Os temas propostos pela ESPEN foram:

1. Necessidades nutricionais.
2. Avaliação e triagem nutricional.
3. Diagnósticos de mal nutrição (tipos e severidade).
4. Orientação dietética: recomendações gerais nas diferentes doenças.
5. Introdução a nutrição enteral.

6. Introdução a nutrição parenteral.
7. Ética no tratamento médico nutricional.
8. Interações droga-nutrientes.
9. Intolerâncias e alergias alimentares.

Após analisar este subgrupo, as competências por nós sugeridas para serem alcançadas pelos alunos, a partir dos temas acima são:

1. Saber as necessidades nutricionais dos pacientes com patologias específicos como endocrinologia, cirurgia, nefrologia, gastroenterologia, geriatria e etc.
2. Conhecer os métodos de triagem e avaliação nutricional e sua influência na escolha da conduta nutricional dos pacientes.
3. Conhecer os tipos de mal nutrição, seja desnutrição ou obesidade, sabendo diagnosticar e classificar reconhecendo a gravidade de cada caso.
4. Conhecer as orientações nutricionais gerais como restrições ou acréscimos alimentares necessários a um bom resultado terapêutico das patologias.
5. Conhecer a indicação, vias de acesso, tipos de fórmula, modalidades de infusão, riscos, complicações e prescrição de nutrição enteral.
6. Conhecer a indicação, vias de acesso, tipos de fórmula, modalidades de infusão, riscos, complicações e prescrição de nutrição parenteral.
7. Entender qual o momento de indicar, manter, mudar ou suspender o suporte nutricional do paciente respeitando os princípios da autonomia do paciente.
8. Conhecer de que maneira a ingestão de nutrientes impacta na disponibilidade, absorção ou toxicidade dos medicamentos.
9. Conhecer os tipos de intolerâncias e alergias alimentares, sabendo diferenciá-las, suas sintomatologias e métodos diagnósticos.

Considerando o cenário mundial no qual as doenças de maior mortalidade tem significativa relação com fatores alimentares como as cardiovasculares e o câncer e que seguimos com elevadas taxas de desnutrição no ambiente hospitalar também impactando em mortalidade, estimamos que através do redirecionamento da educação na graduação, possamos trilhar no Brasil uma mudança de perspectiva da comunidade médica em relação aos cuidados nutricionais, tão importantes na prevenção e tratamento de diversos tipos de doenças.