

AVALIAÇÃO DA QUALIDADE DA DIETA EM PROFISSIONAIS DE SAÚDE INTENSIVISTAS E EMERGENCISTAS QUE ATUAM EM PLANTÕES NOTURNOS

MIYAMOTO, K. K.; MORAES, M. B.; PAIVA, S. A. R.

RESUMO

DOI: 10.47094/978-65-6036-515-5/23

Introdução: Profissionais da saúde intensivistas e emergencistas atuam em cenários que podem dificultar a ingestão alimentar adequada. Somado a isso, os plantões noturnos podem intensificar a mudança de comportamento alimentar devido ao desequilíbrio da homeostase fisiológica, afetando síntese de hormônios, entre outros fatores. A ferramenta Global Diet Quality Score (GDQS) é uma das mais recentes e avalia o risco de inadequação nutricional e de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT). Além disso, distingue-se pela categorização dos grupos alimentares em saudáveis, não saudáveis e não saudáveis quando consumidos em quantidades excessivas. **Objetivo:** Avaliação da qualidade da dieta em profissionais de saúde que atuam em setores intensivistas e emergencistas do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina de Botucatu (HCFMB) durante os plantões noturnos. **Materiais e métodos:** Estudo transversal prospectivo descritivo. Foram incluídos profissionais médicos, enfermeiros e técnicos de enfermagem, adultos de ambos os sexos, com idade entre 23 e 54 anos, que atuavam no HCFMB. Foram coletados dados clínicos e demográficos. Para a avaliação da qualidade da dieta foi considerado que o período dos plantões corresponde a 30% do valor energético total, desse modo os dados foram coletados por meio do recordatório alimentar de 12 horas e posteriormente avaliados pelo GDQS. **Resultados:** Foram incluídos 135 participantes, com idade de 34 (27-41) anos, 78,5% eram do sexo feminino e o IMC foi 27,4 (23,6-30,9) kg/m². Ainda, 64,7% foram classificados com sobrepeso. Em relação à qualidade da dieta, ingeriram 559 (335-998) calorias, 60% relataram usufruir do serviço delivery e como alimentos mais consumidos o hambúrguer, pizza, comida japonesa e esfirra. Quanto ao GDQS, obtiveram 3,2 (2,0-5,3) pontos, classificada como elevado risco de inadequação nutricional e de desenvolver DCNT. Destaca-se que mais de 90% dos participantes tiveram baixo consumo de alimentos saudáveis, como frutas laranja, vegetais verde escuro, vegetais crucíferos, vegetais laranja, tubérculos laranja, nozes e sementes, peixes e mariscos, laticínios com baixo teor de gordura e ovos. Em contrapartida, apresentaram alto consumo de alimentos considerados não saudáveis como grãos refinados e assados (73,1%), doces (17,2%), bebidas adoçadas com açúcar (38,8%) e alimentos fritos comprados fora de casa (7,19%). Em relação aos alimentos não saudáveis em quantidades excessivas, houve alto consumo de carne vermelha (25,4%) e de laticínios de alto teor de gordura (10,1%). **Discussão e Conclusão:** O GDQS não inclui nutrientes como sódio, gordura saturada e álcool. Os profissionais possuem consumo calórico adequado, entretanto decorrentes principalmente de alimentos não saudáveis. Ainda, destaca-se que em menor período alimentar do dia, a população

estudada já havia extrapolado o consumo de grupos alimentares não saudáveis. Assim, possuem elevado risco de desenvolver e/ou não tratar DCNT.

PALAVRAS-CHAVE: Profissionais da saúde. Nutrição. Dieta.