

# INTERVENÇÃO NUTRICIONAL E GASTRONÔMICA APLICADA NA PREVENÇÃO E TRATAMENTO DE DOENÇAS CRÔNICAS DE SERVIDORES DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ

XXV Encontro de Extensão

Larissa Raicilene Pimenta Costa de , Diana Valesca Carvalho, Adriana Camurca Pontes  
Siqueira

Os cuidados com a alimentação vêm sendo um dos assuntos mais importantes no mundo atual. Diversas patologias estão associadas aos maus hábitos alimentares, como hipertensão, diabetes e obesidade. Tais patologias podem ser prevenidas e tratadas com alimentação saudável. Porém, o processo de reeducação alimentar pode ser estressante, causando a desistência do paciente. Assim, pensou-se em aliar a orientação nutricional com a gastronomia, a fim de tornar o processo reeducativo mais prazeroso e eficiente. O projeto tem por finalidade trazer melhorias na qualidade de vida do servidor ativo da Universidade Federal do Ceará por meio da reeducação alimentar, promovendo maior eficiência e produtividade no ambiente de trabalho. O projeto foi realizado entre abril e agosto de 2016, por 2 nutricionistas e 1 aluna do curso de gastronomia da UFC em parceria com a PROGEP. Inicialmente, 50 servidores foram atendidos em consulta individual com nutricionista, e a coleta de dados foi realizada através anamnese e antropometria. Foi verificado que 48% dos servidores possuíam o IMC classificado em obesidade de graus I e II e 28%, IMC de pré-obesidade. A partir desse diagnóstico, o projeto seguiu com grupos de apoio e oficinas que instruíram os servidores sobre hábitos alimentares saudáveis, tipos de alimentos indicados para cada patologia, leitura e interpretação de rótulos de alimentos, produção e uso saudável de alimentos e refeições, receitas e dicas de aproveitamento de alimentos, etc., com finalidade de propagar o conhecimento e facilitar o processo de reeducação alimentar. Dentre os benefícios relatados pelos servidores destaca-se: a melhoria da disposição e do sono, 96%; glicemia e pressão arterial estáveis, 88%; e perda de peso, 50%. Conclui-se que a orientação nutricional juntamente com a gastronômica foi de essencial importância e obteve resultados significativos para a saúde, qualidade de vida e trabalho dos servidores.

Palavras-chave: reeducação. gastronomia. nutrição.