

CENTRO UNIVERSITÁRIO, FACULDADE E UNIVERSIDADE – UNIVERSO BH
CURSO DE NUTRIÇÃO
ESTAGIO SUPERVISIONADO EM NUTRIÇÃO - CLINICA

1

Sheila Araújo Oliveira
Helen Cristina Carvalho
Meire Zulmira Braga
Rayane Jeniffer Rodrigues Marques

DIAGNOSTICO NUTRICIONAL NO ACOMPANHAMENTO DE OBESIDADE

Belo Horizonte – MG
2023

CENTRO UNIVERSITÁRIO, FACULDADE E UNIVERSIDADE – UNIVERSO BH
CURSO DE NUTRIÇÃO
ESTAGIO SUPERVISIONADO EM NUTRIÇÃO - CLINICA

2

Sheila Araújo Oliveira
Helen Cristina Carvalho
Meire Zulmira Braga
Rayane Jeniffer Rodrigues Marques

CASO CLINICO
ESTAGIO DE NUTRIÇÃO CLINICA

Caso clinico apresentado à disciplina de estagio supervisionado em nutrição - clinica, do curso de Nutrição da Universidade Salgado de Oliveira como requisito parcial para conclusão da disciplina.

Prof. orientador: Helen Cristina Carvalho

Belo Horizonte
2023

CENTRO UNIVERSITÁRIO, FACULDADE E UNIVERSIDADE – UNIVERSO BH
CURSO DE NUTRIÇÃO
ESTAGIO SUPERVISIONADO EM NUTRIÇÃO - CLINICA

3

APRESENTAÇÃO DO LOCAL

Instituição: Centro universitário Salgado de Oliveira (UNIVERSO)

Ambulatório: Clínica Escola de Nutrição da Universo – UNICENUT BH

Curso: Nutrição

Estagio Supervisionado: Nutrição Clínica

Docente: Helen Cristina Carvalho

Discente: Sheilla Araújo Oliveira

Matricula: 600850639

APRESENTAÇÃO DO CASO

O presente estudo de caso foi realizado no ambulatório na Clínica Escola de Nutrição da Universidade Universo – UNICENUT BH, realizado no período de 25 de outubro de 2023. O estudo ocorreu no ambulatório de nutrição, consultório 3, tendo a supervisão local da nutricionista ALINE BARBARA DE CARVALHO TEIXEIRA.

CENTRO UNIVERSITÁRIO, FACULDADE E UNIVERSIDADE – UNIVERSO BH
CURSO DE NUTRIÇÃO
ESTAGIO SUPERVISIONADO EM NUTRIÇÃO - CLINICA

SUMARIO

1. INTRODUÇÃO	5
2. DESENVOLVIMENTO	5
2.1 IDENTIFICAÇÃO	5
2.2 HISTÓRIA SOCIAL	5
2.3 HISTÓRIA FAMILIAR	6
2.4 HISTÓRIA CLINICA	6
2.5 DADOS ANTROPOMÉTRICOS	7
2.6 RECODATÓRIO ALIMENTAR	8
2.7 DIAGNOSTICO NUTRICIONAL	9
2.8 NECESSIDADES NUTRICIONAIS	9
2.9 APRESENTAÇÃO CARDÁPIO	10,11
2.10 ORIENTAÇÕES NUTRICIONAIS	12
3. CONCLUSÃO	13
4. ANEXOS	13
5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	14

CENTRO UNIVERSITÁRIO, FACULDADE E UNIVERSIDADE – UNIVERSO BH
CURSO DE NUTRIÇÃO
ESTAGIO SUPERVISIONADO EM NUTRIÇÃO - CLINICA

5

1. INTRODUÇÃO

A obesidade é uma doença metabólica crônica, na qual além dos fatores metabólicos, aspectos genéticos, psicossociais, culturais, entre outros, atuam na sua origem e manutenção. A prevalência da obesidade tem aumentado muito em todo mundo, e interfere não apenas na qualidade de vida, mas na aceitação pessoal.

A hipertensão arterial ou pressão alta é uma doença crônica caracterizada pelos níveis elevados da pressão sanguínea nas artérias. Em 90% dos casos são herdados dos pais, mas há vários fatores que influenciam nos níveis de pressão arterial, como os hábitos de vida do indivíduo.

Palavras-chave: Obesidade, Transição nutricional, Fatores de risco, Políticas públicas.

CENTRO UNIVERSITÁRIO, FACULDADE E UNIVERSIDADE – UNIVERSO BH
CURSO DE NUTRIÇÃO
ESTAGIO SUPERVISIONADO EM NUTRIÇÃO - CLINICA

6

2. DESENVOLVIMENTO

2.1 IDENTIFICAÇÃO

Rogério Marcio Gomes, 52 anos, sexo masculino, branco.

2.2 HISTÓRIA SOCIAL

Representante comercial, casado, duas filhas 21 e 16 anos, representante comercial tem renda familiar de 9 salários mínimos.

Morador na Rua Canário, 790 bairro Goiânia zona urbana de belo Horizonte, MG.

Casa própria com água tratada, não etilista e não tabagista.

Relatou que tomou consciência que precisa emagrecer quando entrou na faculdade e não tinha uma cadeira que coubesse ele.

2.3 HISTÓRIA FAMILAR

Pais falecidos com histórico de doenças na família (primeiro grau): diabetes, hipertensão.

2.4 HISTÓRIA CLÍNICA

Paciente (presença de doenças atuais):

obesidade, hipertensão. Medicamentos em uso: cloraridona (pressão, nebivolol, alodipino, maleato de inalapril, sinvastatina(colesterol)

2.5 HISTÓRIA DIETETICA

Paciente relata que já fez vários tipos de dieta para emagrecer (jejum intermitente, low carb, cetogenica, dukan, mediterranea, já fez uso de medicamentos com o Ozempic e HCG. Conta conseguido perder peso com esses métodos mencionado mais como não tem disciplina e um acompanhamento de perto por um profissional não consegue seguir adiante. Resolveu buscar um especialista da nutrição para tentar a última alternativa ou sendo assim irá buscar uma cirurgia bariátrica. Mas

CENTRO UNIVERSITÁRIO, FACULDADE E UNIVERSIDADE – UNIVERSO BH
CURSO DE NUTRIÇÃO
ESTAGIO SUPERVISIONADO EM NUTRIÇÃO - CLINICA

7

deixou bem claro e demonstrou bastante transparência que essa opção de cirurgia somente se ele não tiver nenhum resultado.

2.5 DADOS ANTROPOMÉTRICOS:

PESO	151,4KG	
ALTURA	1.78m	
BRAÇO	direito 53	esquerdo 52
BRAÇO RELAXADO	direito 49	esquerdo 49
ABDOMEM	152	
QUADRIL	148	
CINTURA	132	
PANTURRILHA	direita 50	esquerda 50
COXA	Direita 60	Esquerda 61
BICEPS	35	
TRICEPS	45	
SUPRAILIACA	57	
IMC	47,78	18,5 – 25,0 obesidades grau III
RAZÃO CINTURA / QUADRIL	0,89	Risco Baixo
ÁREA MUSCULAR DO BRAÇO	91,25 cm ²	Normal
ÁREA DE GORDURA DO BRAÇO	92,10 cm ²	Obesidade

CENTRO UNIVERSITÁRIO, FACULDADE E UNIVERSIDADE – UNIVERSO BH
CURSO DE NUTRIÇÃO
ESTAGIO SUPERVISIONADO EM NUTRIÇÃO - CLINICA

8

2.6 RECORDATÓRIO ALIMENTAR

HORÁRIO	ALIMENTOS/ QUANTIDADES EM MEDIDAS CASEIRAS
07:40	CAFÉ DA MANHÃ: 1 Pão de sal pequeno, 1 fatia de queijo minas, 6 torradas caseira (feitas com margarina), 2 xícara de 300 ml de café com adoçante (15 gotas)
13:30	ALMOÇO: 3 conchas Feijoada, 2 colheres de servir de arroz branco, 2 colheres de servir carne de porco picada com cenoura, 300 ml de suco caixinha tipo vale. sobremesa - laranja
21:30	JANTAR: Omelete com frango e legumes, 3 jilós cozidos, 1 caneca de 300 ml de suco de pó.
DISTRIBUIÇÃO DE NUTRIENTES RECORDATÓRIO	
CHO: 261,45g (37,1%) PTN: 161,04g (22,9%) LIP: 125,12g (40,0%) KCAL TOTAIS: 2.773kcal	
OBSERVAÇÕES QUANTO A ALIMENTAÇÃO	
Consome pouco macronutriente, bebe pouca água, fica muito tempo sem se alimentar durante o dia.	

CENTRO UNIVERSITÁRIO, FACULDADE E UNIVERSIDADE – UNIVERSO BH
CURSO DE NUTRIÇÃO
ESTAGIO SUPERVISIONADO EM NUTRIÇÃO - CLINICA

9

2.7 DIAGNOSTICO NUTRICIONAL

De acordo com os dados clínicos do paciente o mesmo se encontra-se com obesidade grau III, nos dados antropométricos se encontra com IMC 47,78 o recomendado entre 18,50 a 25,00. Precisa de um acompanhamento nutricional, de acordo com os parâmetros da avaliação o paciente precisa perder peso para uma qualidade de vida e longevidade da saúde. A conduta adotada no momento será a perda de peso, com uma dieta com déficit calórico moderado para colocar o metabolismo do paciente para funcionar melhor.

2.8 NECESSIDADES NUTRICIONAIS:

Fórmula de Harris-Benedict

Masculino: $66,47 + (13,75 \times \text{peso em Kg}) + (5,003 \times \text{altura em cm}) - (6,775 \times \text{idade})$

TMB		2.677 kcal	
GET		3.680 kcal	
PERDA DE PESO			
3.028 kcal		3.785 kcal	
Distribuição de kcal novo plano alimentar			
PTN	1,29 g/kg	195,13g (30,2%)	227g (35%)
CHO	1,54 g/kg	233,22g (36,1%)	221g (34%)
LIP	0,64 g/kg	97,06g (33,8%)	90g (31%)
Kcal		2.800kcal	2800kcal

CENTRO UNIVERSITÁRIO, FACULDADE E UNIVERSIDADE – UNIVERSO BH
CURSO DE NUTRIÇÃO
ESTAGIO SUPERVISIONADO EM NUTRIÇÃO - CLINICA

10

2.9 APRESENTAÇÃO DO CARDÁPIO

Café da manhã
07:30

Pão integral (Fatia: 2)
Ovo de galinha (Unidade: 3)
Queijo tipo minas (Fatia (30g): 2)
Leite de vaca integral (Caneca: 1)
Café (Caneca: 1)
Goiaba (Unidade: 1)

Colação
10:30

Iogurte integral natural - PADRÃO (Gramas: 230)
Banana (Unidade média: 1)
Leite em pó (Colher De Sopa: 3)
Granola (Colher de sopa (13g): 2)
Aveia em flocos (Colher De Sopa: 1)
Observação: Sugiro comprar o pote de 500gr de iogurte integral.

Almoço
13:30

Arroz branco (cozido) (Escumadeira média cheia (85g): 1)
Carne, bovina, paleta, sem gordura, cozida (Gramas: 150)
Brócolis, cozido (Buquê: 3)
Cenoura (Colher De Sopa: 3)
Cebola Cru(a) (Colher De Sopa: 2)
Tomate (Fatia média (15g): 3)
Pimentão, verde, cru (Colher De Sopa Cheia: 2)
Alface (Folha: 3)

CENTRO UNIVERSITÁRIO, FACULDADE E UNIVERSIDADE – UNIVERSO BH
CURSO DE NUTRIÇÃO
ESTAGIO SUPERVISIONADO EM NUTRIÇÃO - CLINICA

11

Laranja (Unidade média (180g): 1)

Lanche da tarde
17:00

Suco de beterraba (Copo Medio: 1)

Morango (Unidade: 4)

Pão integral (Fatia: 2)

Peito de galinha ou frango Cozido(a) (Colher De Arroz/Servir: 1)

Requeijão (Colher De Sopa: 1)

Observação: Usa o chá de Hibisco para fazer o suco de beterraba com morango

Jantar
21:00

Filé de frango orgânico Grelhado(a)/brasa/churrasco (Gramas: 150)

Batata (cozida) (Colher de servir picada (37g): 1)

Ervilha em grão (Colher De Arroz/Servir: 1)

Cenoura (cozida) (Escumadeira média rasa (picada) (48g): 1)

Tomate (Fatia grande (30g): 3)

Brócolis, cozido (Buquê: 2)

Azeite de oliva (Colher de café (1,1ml): 1)

CENTRO UNIVERSITÁRIO, FACULDADE E UNIVERSIDADE – UNIVERSO BH
CURSO DE NUTRIÇÃO
ESTAGIO SUPERVISIONADO EM NUTRIÇÃO - CLINICA

12

2.10 ORIENTAÇÕES NUTRICIONAIS

Consuma alimentos crus, cozidos ou grelhados.

Evite frituras, empanados e folhados.

Invista nos temperos naturais frescos ou secos, como manjericão, alecrim, hortelã, cebola, salsinha e alho.

Evite temperos prontos industrializados;

Prefira consumir as frutas ao invés de sucos naturais, assim você ingere maior quantidade de fibras e fica menos propenso a adicionar açúcar;

Prefira as versões desnatadas dos leites e iogurtes – escolha àqueles com apenas dois ingredientes (leite + fermento);

Sempre que possível, escolha os cereais integrais;

Para sobremesa, prefira consumir uma porção de fruta;

Prefira as carnes magras: filé de peixe ou frango sem pele, patinho, coxão mole, lombo de porco sem gordura.

Evite torresmo, carnes gordurosas e embutidos, como linguiça, hambúrguer, nuggets e salsicha.

Descasque mais e desembale menos!

Lembre-se da hidratação!

CENTRO UNIVERSITÁRIO, FACULDADE E UNIVERSIDADE – UNIVERSO BH
CURSO DE NUTRIÇÃO
ESTAGIO SUPERVISIONADO EM NUTRIÇÃO - CLINICA

13

3. CONCLUSAO

Foi sugerido ao paciente um acompanhamento online em 15 dias para entender como está sendo a evolução do paciente como queixas e se está conseguindo seguir o plano alimentar proposto.

Diante do exposto, conclui-se que investir em educação nutricional como forma de intervenção no tratamento da obesidade é um método válido.

CENTRO UNIVERSITÁRIO, FACULDADE E UNIVERSIDADE – UNIVERSO BH
CURSO DE NUTRIÇÃO
ESTAGIO SUPERVISIONADO EM NUTRIÇÃO - CLINICA

14

4. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

MAHAN, L. K.; ESCOTT-STUMP, S.; RAYMOND, J.L. Krause: Alimentos, Nutrição e Dietoterapia. 13^a ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2013. 1228 p.

CUPPARI, L.; Nutrição: Clínica no Adulto. 3 ed. São Paulo: Manole, 2014.