

RESUMO - CIÊNCIAS DA SAÚDE

A IMPORTÂNCIA DA NUTRIÇÃO NOS CUIDADOS PALIATIVOS: PROMOÇÃO DE QUALIDADE DE VIDA E CONFORTO AO PACIENTE

Thaynara Gasperação Silva (thaynara.silva@soufcb.com.br)

Sabrina Monteiro (sabrina.monteiro@soufcb.com.br)

INTRODUÇÃO: Os cuidados paliativos têm como foco oferecer apoio integral a pessoas que enfrentam doenças graves, buscando aliviar o sofrimento e garantir que viva com o máximo de conforto possível. Nessa fase da vida, a alimentação deixa de ser apenas uma necessidade fisiológica e passa a ter um papel afetivo e de acolhimento. A nutrição, portanto, torna-se parte essencial desse cuidado, pois auxilia na manutenção do estado nutricional, contribui para o controle de sintomas e proporciona bem-estar físico e emocional. Mais do que repor nutrientes, o ato de alimentar representa respeito, empatia e preservação da dignidade do indivíduo.

OBJETIVO: O presente estudo tem como objetivo compreender de que forma o acompanhamento nutricional pode influenciar positivamente a qualidade de vida de pacientes em cuidados paliativos. Busca-se refletir sobre como um suporte alimentar adequado reduz desconfortos, ameniza sintomas e promove um

cuidado mais humano, considerando as limitações clínicas e as preferências alimentares individualizadas.

METODOLOGIA: Foi realizada uma revisão integrativa de literatura com abordagem qualitativa. As pesquisas ocorreram nas bases SciELO, LILACS e PubMed, utilizando os descritores combinados: cuidados paliativos OR palliative care AND qualidade de vida OR quality of life AND suporte nutricional OR nutritional support. Foram considerados estudos publicados entre 2020 e 2025, disponíveis na íntegra em português ou inglês, que abordassem a atuação do nutricionista na melhoria da qualidade de vida de pacientes em cuidados paliativos. Foram excluídos artigos duplicados, materiais sem acesso completo, resumos de eventos e textos com caráter opinativo. Após a triagem, dez estudos atenderam aos critérios e compuseram a amostra analisada.

RESULTADOS E DISCUSSÃO: A leitura dos artigos evidenciou que o suporte nutricional tem impacto direto no bem-estar de pacientes em cuidados paliativos. Estratégias simples, como adaptar texturas, ajustar horários das refeições, fortificar alimentos e oferecer suplementos, mostraram-se eficazes para manter o conforto e evitar a perda de peso. A alimentação também se mostrou uma importante ferramenta emocional, pois desperta lembranças, reforça vínculos e contribui para que o paciente mantenha a sensação de normalidade, mesmo diante da doença.

O nutricionista, nesse contexto, ultrapassa a função técnica e atua de forma acolhedora, escutando o paciente, entendendo suas limitações e criando planos alimentares individualizados. Quando esse profissional trabalha em conjunto com a equipe multiprofissional, há melhora significativa na qualidade do cuidado e na experiência do paciente. Essa integração ajuda a reduzir complicações clínicas, aliviar o sofrimento e reforçar o aspecto humanizado do tratamento.

CONCLUSÃO: Na nutrição em cuidados paliativos, a alimentação vai muito além do cálculo de calorias. Ela é parte do cuidado com o paciente como um gesto de respeito pelo momento que está vivendo. Os estudos mostraram que, quando o plano alimentar é feito de forma individualizada, ele ajuda a aliviar desconfortos, evita a desnutrição e mantém o prazer de comer. O nutricionista tem um papel essencial nesse processo, pois ele é quem escuta, quem adapta

e encontra caminhos para tornar a alimentação mais leve e acolhedora. Pequenas mudanças, como ajustar as texturas ou preferências, trazem mais conforto e dignidade ao paciente. No fim, a nutrição deixa de ser apenas uma intervenção e se torna parte do cuidado humanizado, ajudando o paciente a viver com mais bem-estar e qualidade de vida até os seus últimos dias.

Palavras-chave: cuidados paliativos; nutrição; qualidade de vida; suporte nutricional; conforto.