

## RESUMO SIMPLES - NUTRIÇÃO

### **ATUAÇÃO DO NUTRICIONISTA NO ATENDIMENTO AO ADOLESCENTE: REVISÃO DE LITERATURA**

*Ana Luiza Batista Ronchi (analuizaronchi@gmail.com)*

*Waleska Gorette Martini Meireles (waleskameireles@hotmail.com)*

*Patricia Cintra (patricia.cintra@unigran.br)*

*Janaina Michelle Oliveira Do Nascimento (janaina.oliveira@unigran.br)*

*Jeniffer Michelline De Oliveira Custódio (jeniffer.custodio@unigran.br)*

**INTRODUÇÃO:** Para a Organização Mundial da Saúde (OMS) a adolescência é

compreendida entre as fases da infância e adulta, caracterizada por profundas transformações somáticas, psicológicas e sociais, compreendendo as idades entre 10 a 19 anos. Neste período as demandas nutricionais são aumentadas e por isso deve-se levar em consideração a importância da alimentação, devido à grande influência no crescimento e no desenvolvimento dos adolescentes nessa faixa etária. Por isso, o profissional nutricionista possui um papel de grande importância para promover saúde e vida saudável para a fase da adolescência. **OBJETIVO:** Analisar e descrever a importância da atuação do profissional nutricionista para o atendimento aos indivíduos na fase da adolescência e as dificuldades e obstáculos mais comuns para realizar no aconselhamento nutricional nesta faixa etária. **METODOLOGIA:** O trabalho está sendo desenvolvido seguindo os preceitos de um estudo exploratório, por

meio de uma pesquisa bibliográfica, que é desenvolvida a partir de material já elaborado, constituído de livros e artigos científicos da base de dados do Google Acadêmico, Scielo e Pubmed, utilizando os seguintes descritores: “adolescência”, “nutricionista”, “alimentação” e “obesidade”. RESULTADOS: A adolescência é o período em que o corpo humano passa por diversas modificações hormonais e de composição corporal e é um período crítico no que diz respeito a hábitos alimentares. Nessa fase de vida o crescimento é acelerado. O crescimento está relacionado a aumento de massa corporal e desenvolvimento físico com maturação dos órgãos e sistemas. Ambos os processos sofrem influências: genéticas, ambientais, nutricionais, hormonais, sociais e culturais. O aparecimento das mudanças físicas no adolescente como crescimento e desenvolvimento das mamas, pelos pubianos e genitália são observadas após as primeiras modificações hormonais. Os adolescentes pertencem a uma faixa de risco nutricional no que diz respeito seu estilo de vida e consumo alimentar como, por exemplo, tendência em pular refeições, fazer refeições fora de casa, consumir alimentos ou bebidas com alta densidade energética, comer com maior frequência em lanchonetes, realizar dietas por conta própria aderindo as tais “dietas da moda” e etc, levando a um alto consumo de gordura e energia e maior risco de desencadear doenças crônicas não transmissíveis (DCNt’s). Os índices de obesidade em adolescentes no Brasil e no Mato Grosso do Sul apresentam-se crescentes o que gera uma grande preocupação e conseqüentemente a necessidade de uma maior atenção a esse público, no entanto temos poucos profissionais especializados no cuidado aos

adolescentes. CONCLUSÃO: Com um atendimento individualizado e especializado que visa adequar as necessidades diárias de macro e micronutrientes para o paciente nessa faixa etária é possível evitar a obesidade, doenças crônicas não transmissíveis

relacionadas a obesidade e garantir uma maior qualidade de vida ao adolescente e a

possibilidade de ser um adulto mais saudável. As orientações nutricionais que os profissionais podem para essa faixa etária incluem: sensibilizar os pais para que haja a possibilidade de fazer algumas refeições em família e trabalhar com informações

nutricionais dos rótulos de alimentos mais consumidos pelos adolescentes, discutindo sobre o percentual do valor diário recomendado e como usá-lo.

