



## I MOSTRA DE EXPERIÊNCIAS BEM-SUCEDIDAS EM NUTRIÇÃO

**Nome da pessoa** MARINA KYOMI ITO  
**Título do trabalho** MUDANÇAS NO PADRÃO ALIMENTAR ENTRE PORTADORES DE DIABETES TIPO

---

### Descrição

DESCRIÇÃO: OS PROFISSIONAIS DE SAÚDE, EM PARTICULAR OS NUTRICIONISTAS, SE DEPARAM COM A NECESSIDADE DE ESTRATÉGIAS E INSTRUMENTOS QUE APÓIEM OS INDIVÍDUOS COM DIABETES NAS MUDANÇAS ALIMENTARES NECESSÁRIAS. DESSA FORMA, FOI DESENVOLVIDA E APLICADA UMA PROPOSTA DE EDUCAÇÃO NUTRICIONAL EM 98 INDIVÍDUOS PORTADORES DE DM2. A AVALIAÇÃO DO PROGRAMA FOI REALIZADA EM 11 UNIDADES BÁSICAS DE SAÚDE DO DISTRITO FEDERAL. O PROGRAMA CONSTITUIU DE 2 REUNIÕES EM GRUPO COM DISCUSSÕES SOBRE OS 10 PASSOS PARA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL, ROTULAGEM NUTRICIONAL, ENTRE OUTROS TEMAS E DEMONSTRAÇÃO DE PREPARAÇÕES CULINÁRIAS SAUDÁVEIS. ALÉM DAS REUNIÕES, FORAM REALIZADOS DOIS ATENDIMENTOS INDIVIDUAIS. UTILIZOU-SE UM DESENHO DE AVALIAÇÃO DO TIPO PRÉ-TESTE/PÓS-TESTE. OBSERVOU-SE MELHORA SIGNIFICATIVA NO CONHECIMENTO SOBRE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E UM AUMENTO SIGNIFICATIVO NO CONSUMO DE ALIMENTOS RICOS EM FIBRAS E DIMINUIÇÃO DO CONSUMO DE ALIMENTOS CONCENTRADOS EM GORDURA SATURADA E SÓDIO ( $P < 0,05$ ). O ESTUDO POSSIBILITOU A VERIFICAÇÃO DE EFEITOS POSITIVOS DA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL NA ALIMENTAÇÃO DE PORTADORES DE DM2 E SUA VIABILIDADE DE EXECUÇÃO EM UNIDADES BÁSICAS DE SAÚDE.