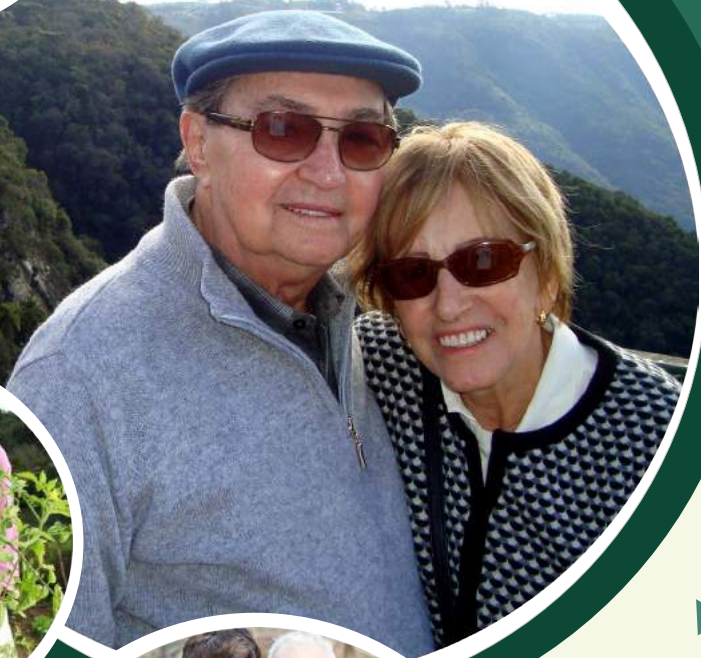


Revista do CRN 2

CONSELHO REGIONAL DE
NUTRICIONISTAS - 2ª REGIÃO
Edição nº 38 / 2017

nutridestaque

NUTRIÇÃO E
FERTILIDADE
página 16



NUTRIÇÃO E LONGEVIDADE

- ▶ **Modificações no padrão demográfico do Brasil**
- ▶ **Transição epidemiológica**
- ▶ **A atuação do nutricionista**
- ▶ **Projeto Veranópolis: longevidade e saúde**

páginas 4 a 15

Índice

ESPECIAL

Nutrição e longevidade
Transição epidemiológica
O papel do nutricionista
Projeto Veranópolis
Entrevistas:
Emilio Moriguchi
Neide Bruscato

4 a 15

Nutrição e fertilidade

16

CRN-2 em ação

17 a 24

Sistema CFN/CRN

25

Comissões do CRN-2

26 e 27

Expediente

Revista Digital nº 38 - 2017 | Gestão 2016/2019

Diretoria: Presidente: Glaube Raquel Conceição Riegel
 Vice-presidente: Jacira Conceição dos Santos
 Tesoureira: Luciana Martins Títze Hessel
 Secretária: Rejane Cerqueira Barbosa da Fontoura

Conselheiros efetivos

Angelita Laipelt Matias – CRN-2 2821
 Chirle de Oliveira Raphaelli – CRN-2 6500
 Elba Teresinha Souza Funck - CRN-2 0153
 Glaube Raquel Conceição Riegel – CRN-2 4266
 Jacira Conceição dos Santos – CRN-2 0091
 Juliana Garcia Orengo – CRN-2 4806
 Luciana Martins Títze Hessel – CRN-2 1735
 Rejane Cerqueira Barbosa da Fontoura – CRN-2 1941
 Vanícia Molin – CRN-2 6228

Conselheiros suplentes

Camila Bigliardi Gienessini – CRN-2 7375
 Gabriela Zanatta Port – CRN-2 7578
 Helena Marta Gorziza – CRN-2 0787
 Kely Szymanski – CRN-2 8997
 Maria Alice Vieira Lantmann – CRN-2 1482
 Marise dos Santos Aguiar – CRN-2 2718
 Paulo César da Silva – CRN-2 4809

Comissão de Comunicação: Helena Gorziza (coordenadora), Angelita Matias, Chirle Raphaelli, Glaube Riegel, Maria Alice Lantmann, Marise Aguiar, Paulo Cesar da Silva (colaborador)

Editorial

A maneira como nos alimentamos expressa nossa história de vida e nossa cultura, consequência do “saudável e não saudável”, e que está em constante evolução.

O alimento nutre, mas também nos relaciona com as pessoas e com grupos sociais de diferentes práticas alimentares. Há aqueles que cultivam alimentos em casa, compram em feiras, em supermercados, em espaços orgânicos ou em grupos de compra coletiva. Alguns preferem, por prazer ou necessidade, preparar suas refeições na rotina diária, outros, cozinheiros de finais de semana, têm esta prática por diversão.

Todos nós, das mais variadas formas, nos alimentamos. Porém, o ato de comer não se restringe tão somente à manutenção da vida, mas também, estas escolhas impactam na saúde e na qualidade de vida.

Nesse sentido, precisamos ter um olhar cauteloso no que diz respeito a complexidade e diversidade das escolhas alimentares; principalmente em tempos tão modernos no qual as opções estão ao alcance de um “click”, motivadas por sentimentos pessoais, interesses coletivos ou estimuladas por uma avalanche de informações midiáticas e políticas.

Cabe a nós, nutricionistas, a reflexão sobre como devemos influenciar na alimentação do cidadão? Atuar visando interesses do setor privado, do poder público ou da saúde da população? De que forma, com o conhecimento técnico-científico, podemos equilibrar a produção de alimentos promovendo

a sustentabilidade, sem que haja prejuízo na economia?

Atento a esses desafios e dilemas, o nutricionista vem buscando conhecimento atualizado dos avanços da ciência e das políticas públicas para, assim, garantir direitos, valores e princípios universais da alimentação adequada para todos.

Baseado neste princípio, a Revista do CRN-2 destaca uma matéria especial sobre Nutrição e Longevidade, mostrando o papel do nutricionista na promoção da saúde do idoso. Abordamos, também, o projeto desenvolvido desde 1994, o qual evidencia o envelhecimento bem-sucedido de idosos na cidade de Veranópolis.

Além disso, evidenciamos, nesta edição, a atuação do nutricionista na área da reprodução assistida. Hoje, há evidências que nossa alimentação influencia na fertilidade e tem papel primordial no sucesso da reprodução humana.

Desejamos aos nutricionistas, técnicos em Nutrição e Dietética, familiares e amigos um Feliz Natal e que em 2018 nossos sonhos sejam realizados!

Glaube Riegel
 CRN-2 4266
 Presidente
 Gestão 2016/2019



Jornalista responsável: Janice Benck, RT 7376
Fotos: Assessoria de Comunicação do CRN-2 e arquivo pessoal dos entrevistados
Imagens capa: arquivos pessoais, fotos encaminhadas pela coordenação Projeto Veranópolis e Freepik
Imagens internas: produzidas pela Assessoria de Comunicação - fonte: Freepik

Sede: Av. Taquara, 586/503, Porto Alegre, RS
 CEP 90460-210 | Fone: (51) 3330-9324
 E-mail: crn2@crn2.org.br |
Delegacia de Santa Maria: Alameda Montevideo, 322 / sala 404 - Santa Maria - RS |
 CEP 97050-030 | Fone: (55) 3025.5500
 delegacia.sm@crn2.org.br
www.crn2.org.br

Resolução CFN 380 é alterada e pactuada pelo Sistema

A Resolução CFN 380/2005, que tem como objetivo nortear o nutricionista sobre as atividades que devem ser desenvolvidas nas diversas áreas de atuação, além de orientar para a composição do quadro funcional de profissionais, está sendo revisada pelo Sistema CFN/CRN. As alterações têm como finalidade a atualização destas áreas, bem como a revisão e definição das atividades obrigatórias e complementares.

A pactuação da nova redação ocorreu em novembro deste ano e, atualmente, acontece a finalização do estudo dos parâmetros numéricos mínimos de referência que serão anexados à resolução.

O CRN-2 destaca a importância desta resolução, pois é a premissa da elaboração dos Roteiros de Visita Técnica (RVT), instrumento aplicado pela fiscalização dos CRNs, que permite a avaliação do desempenho das atribuições, além do cunho orientador.

Conbran 2018



O alimento conserva em sua essência muito

mais do que o vínculo com a saúde. Ele revela as relações de afeto, tradições de uma sociedade e proporciona reflexão sobre direitos. É com essa visão que o Conbran 2018 prepara-se para receber quatro mil nutricionistas, estudantes, pesquisadores e outros profissionais da Saúde, de 18 a 21 de abril, em Brasília. O evento que tem como tema “Comida: relações de afeto, tradições e direitos”, será realizado pela Associação Brasileira de Nutrição em parceria com sua filiada, a Associação de Nutrição do Distrito Federal. As inscrições podem ser parceladas em até 5 vezes no cartão de crédito e sócios da Asbran e Filiadas têm desconto exclusivo!

“Comida: relações de afeto, tradições e direitos” será o tema do maior congresso de Nutrição do Brasil

Informações: www.conbran.com.br.

Relatório da ONU aponta para desafios da Nutrição

A Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura (FAO) e a Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS) divulgaram, em outubro, o relatório anual “Panorama da Segurança Alimentar e Nutricional na América Latina e no Caribe 2017”. O documento destaca estimativas quanto ao aumento da obesidade e de carências nutricionais.

Obesidade aumentou

O relatório mostrou que todos os países latino-americanos e caribenhos registraram um aumento de suas taxas de obesidade em adultos entre os anos 1980 e 2014. Segundo a FAO, a obesidade está cada vez mais generalizada na América Latina e no Caribe, uma vez que 24 países da região apresentam uma proporção de pessoas obesas superior a 20% da população. O sobrepeso infantil afeta 7% das crianças menores de 5 anos, cifra superior à média mundial de 6%, afetando 3,7 milhões de crianças.

Anemia

A prevalência de anemia em mulheres em idade fértil aumentou em alguns países, entre estes o Brasil. Em 2005, o problema atingia 19,5% das mulheres brasileiras, enquanto em 2015 a proporção era de 27,2%.

A carência de nutrientes (entendida como o déficit de vitaminas e minerais), conhecida também como “fome oculta”, traz sérias implicações para a saúde e o desenvolvimento físico e cognitivo. A anemia é um dos problemas nutricionais que representam riscos mais significativos para a saúde, particularmente quando ocorre durante a gravidez.

Fome

Na América do Sul, a fome passou a afetar 5,6% da população em 2016, frente a 5% no ano anterior.

O Brasil, entretanto, conseguiu manter o indicador da fome abaixo dos 2,5% nos últimos anos, e que poderá alcançar o Objetivo de Desenvolvimento Sustentável (ODS) número 2, que trata de atingir a fome zero até 2030. Mas para isso, segundo o documento, é necessário que os investimentos em políticas públicas focadas às populações mais vulneráveis continuem acontecendo de maneira efetiva. Em 2012, o país já havia alcançado as metas da ONU referentes aos Objetivos de Desenvolvimento do Milênio (ODM), vigentes até 2015, que previam a redução pela metade do número de pessoas passando fome, em uma proporção inferior a 5% da população. Os ODM, que era compostos por oito metas, deram lugar aos ODS, constituídos por 17 propostas, cujo prazo é 2030.

Protagonismo do nutricionista

O nutricionista, que tem o alimento como sua ferramenta de trabalho, é um profissional que está diretamente envolvido com a construção e execução de políticas públicas que visem melhorar as condições de alimentação, nutrição e saúde, em busca da garantia da Segurança Alimentar e Nutricional da população brasileira.

Valorizar o nutricionista, como um dos principais profissionais que atuam para assegurar à população alimentação adequada, saúde e qualidade de vida, será um dos focos do Sistema CFN/CRN para o ano de 2018.

Modificações no padrão demográfico do Brasil



Pirâmide etária está se invertendo devido ao envelhecimento da população

O padrão demográfico brasileiro vem passando por modificações estruturais importantes nas últimas décadas, com reduções na taxa de crescimento populacional e aumento da população em idade ativa e, principalmente, de pessoas idosas. Segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE)*, até as décadas de 1940 e 1950, o país apresentava um padrão demográfico relativamente estável. A partir dos anos 1940, ocorre um consistente declínio dos níveis gerais de mortalidade. Esse quadro de mudanças se acentuou após a década de 1960, em decorrência de quedas expressivas nos níveis de fecundidade. Segundo o IBGE, a projeção é de que o grupo de 60 anos de idade, ou mais, duplicará em termos absolutos, passando de 14,2 milhões de pessoas, em 2000, para 29,3 milhões, em 2020, e alcançando 66,5 milhões em 2050. Isto significa que em 2000 este grupo representava 8,19% da população, em 2020 corresponderá a 13,81% e em 2050, a 29,39%.

Segundo destaca o documento do IBGE, "o processo de envelhecimento é muito mais amplo que uma simples elevação do efetivo de determinada população, uma vez que ele altera a vida dos in-

divíduos, as estruturas familiares, a demanda por políticas públicas e a distribuição de recursos na sociedade. A questão que se está colocando refere-se ao impacto da dinâmica demográfica recente na demanda de cuidados de longa duração para a população idosa".

Estas mudanças consideráveis no perfil da população colocam à prova os serviços e a estrutura de atendimento para este grupo. O documento analisa, ainda, que parte significativa da sociedade brasileira e das instituições governamentais, muitas das quais responsáveis pela implementação de programas e políticas públicas, ainda não se deu conta da complexidade de tais transformações.

Contexto no RS

O comportamento observado em nível nacional se repete, segundo o Censo Demográfico 2010 (IBGE), em Grandes Regiões. As mais altas idades médias são encontradas nas Regiões Sudeste e Sul do País, tanto na área urbana quanto na rural. A área rural da Região Sul é onde se encontra o maior aumento na idade média da população. Entre 1991 e 2010, a idade média passa de 27,4 anos para 34,9 anos. O Censo destaca que trata-se de uma população mais envelhecida, visto que 9,5% dos que vivem nesta região possuem idade acima de 65 anos.

As mudanças ocorridas na estrutura etária da área rural do Rio Grande do Sul, entre 1991 e 2010, foram muito significativas. Em 1991, o índice de envelhecimento para este Estado era de 22,1 pessoas de 65 anos ou mais de idade para cada grupo de 100 menores de 15 anos. Em 2000, para os contingentes populacionais considerados, este valor foi de 33,6 pessoas e alcançou 57,3 pessoas em 2010. Fazendo um comparativo com o Estado do Amazonas, o envelhecimento da população do Rio Grande do Sul foi 508,3% maior.

Organização necessária

A longevidade é, sem dúvida, um triunfo, conforme ressaltado no "Caderno de Atenção Básica n.º 19", do Ministério da Saúde. A publicação analisa, no entanto, que é necessário refletir sobre as diferenças das alterações demográficas entre os países desenvolvidos e os países em desenvolvimento. Considera que, enquanto nos primeiros, o envelhecimento ocorreu associado às melhorias nas condições gerais de vida, nos outros, esse processo acontece sem tempo para uma reorganização social e da área de saúde adequada para atender às novas demandas emergentes. O Caderno observa que muitas pessoas idosas são acometidas por doenças e agravos crônicos não transmissíveis (DANTs), estados permanentes ou de longa permanência, as quais necessitam de cuidados constantes, pois não têm cura. Podem gerar um processo incapacitante, afetando a funcionalidade destas, ou seja, dificultando ou impedindo o desempenho de suas atividades cotidianas de forma independente. Ainda que não sejam fatais, essas condições geralmente tendem a comprometer de forma significativa a qualidade de vida dos idosos.

**Relações entre as alterações históricas na dinâmica demográfica brasileira e os impactos decorrentes do processo de envelhecimento da população / Celso Cardoso da Silva Simões. - Rio de Janeiro, IBGE, Coordenação de População e Indicadores Sociais, 2016.*

Transição epidemiológica

O cenário apresentado de mudança de padrão demográfico brasileiro tem sido explicado pelos conceitos de transição demográfica, epidemiológica e nutricional. A nutricionista e professora Raquel Canuto, CRN-2 8204, destaca que a transição demográfica é caracterizada pelo aumento da expectativa de vida da população concomitante à redução nas taxas de fecundidade e de natalidade, que leva a diminuição da representatividade das crianças e dos jovens na população total e ao progressivo aumento do peso relativo de adultos e, sobretudo, de idosos. Esse processo, nos países em desenvolvimento, latino-americanos e asiáticos, tem sido muito mais acelerado do que naqueles desenvolvidos.

Expectativa de vida

No Brasil não é diferente, conforme salienta a professora. Ela aponta mais alguns dados para ilustrar essas modificações. "Atualmente, a taxa de fecundidade das brasileiras equipara-se a das mulheres que vivem em países desenvolvidos, passando de 6,2 filhos por mulher em idade fértil, em 1940, para 1,7, em 2014, e com projeção de 1,5, para 2040. Ao mesmo tempo, a expectativa de vida dos brasileiros, que atualmente é de 75,5 anos, teve um aumento de 30 anos desde 1940, com projeção de 79,95 anos para 2040".

Raquel avalia que, simultaneamente a essas mudanças, o Brasil tem vivenciado a transição epidemiológica, que é a passagem do amplo predomínio das doenças infecciosas, parasitárias e carenciais para um modelo caracterizado pela alta prevalência de doenças crônicas não transmissíveis. Ela destaca que, no Brasil, em



2007, cerca de 72% das mortes foram atribuídas às DCNT (doenças cardiovasculares, doenças respiratórias crônicas, diabetes, câncer e outras, inclusive doenças renais), 10%, às doenças infecciosas e parasitárias e 5%, aos distúrbios de saúde materno-infantis (SCHIMIT, 2011). "Essa transição deve-se a uma série de avanços, como o aumento da tecnologia médica e a cura de muitas doenças infecciosas, a melhoria das condições de saneamento da população e ao aumento do acesso aos serviços de saúde".

Aumento das DCNTs

A nutricionista explica que o envelhecimento populacional também tem contribuído com o aumento da ocorrência das doenças crônicas, uma vez que os idosos fazem parte do grupo etário mais acometidos por elas. Raquel cita o papel da transição nutricional nesse cenário. "O termo refere-

-se às mudanças alimentares e nutricionais que os países enfrentaram nas últimas décadas. O problema da fome, representado pela desnutrição e doenças carenciais, foi substituído pelo excesso de peso e obesidade".

Obesidade

A obesidade tem aumentado entre todas as faixas etárias, mas, segundo a nutricionista, é principalmente preocupante entre os indivíduos idosos. "A alimentação ocupa papel central nesse processo, em um cenário onde os padrões alimentares tradicionais foram substituídos por alimentos industrializados de baixa qualidade nutricional".

A professora considera que esses dados e projeções apontam para grandes desafios, mas também, "para grandes oportunidades de estruturação de serviços e de programas de saúde que possam responder às demandas emergentes do novo perfil epidemiológico do país".



Raquel Canuto é formada pela Universidade Federal de Santa Catarina. Possui doutorado em Ciências Médicas: Endocrinologia pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS). É professora do Curso de Nutrição e do Programa de Pós-graduação em Alimentação, Nutrição e Saúde da UFRGS. Possui experiência na área de Saúde Coletiva, com ênfase em epidemiologia e políticas públicas de Alimentação e Nutrição.

O papel do nutricionista no processo de envelhecimento

O cenário de mudanças sensoriais, digestivas, metabólicas, psicológicas, sociais e afetivas, conseqüentes do envelhecimento, gera desafios para os profissionais da saúde. O papel do nutricionista é fundamental dentro da equipe multidisciplinar, pois atua na educação nutricional e em distúrbios alimentares, como a obesidade e a desnutrição, e demais doenças crônicas, conforme explica a nutricionista Melissa Côrtes da Rosa, CRN-2 6250 (foto ao lado). Ela ressalta que, no contexto das alterações fisiológicas, ocorrem as dificuldades com a alimentação, campo de trabalho do nutricionista. “As pessoas desta faixa etária, muitas vezes, deixam de ter uma alimentação adequada por dificuldade de adquirir alimentos, seja por questões financeiras ou físicas, como carregar sacolas, por exemplo. Julgam não ser necessário preparar refeições saudáveis por estarem sozinhos. Dos almoços em família, passam a se alimentar de lanches, por ser de fácil preparação. A inapetência também é muito comum entre eles, seja por avanço de doenças crônicas ou devido a polifarmácia. A prevalência de desnutrição pode chegar a 85% entre os idosos hospitalizados. Entre os idosos mais jovens (60-70 anos) percebe-se o contrário, um aumento da obesidade”.



Foto: Arquivo pessoal

Gerontologia

As pesquisas na área da Nutrição passaram a ter maior expressão na década de 1990. O Hospital São Lucas da PUC/RS inaugurou uma ala de internação e ambulatorios para idosos, destinando um profissional da Nutrição para atender esta unidade. Melissa pontua que este fato gerou um “entendimento sobre a necessidade da presença de nutricionista na área da geriatria e gerontologia”. A exigência dos órgãos fiscalizadores e o aumento do mercado na área do envelhecimento, conforme reforça Melissa, levaram a uma busca por critérios de diagnóstico, intervenções nutricionais adequadas a este público e organização de serviços especializados, resultando em idosos institucionalizados com melhor estado nutricional e resposta aos tratamentos, e com mais qualidade de vida. “Neste momento, os nutricionistas passaram a ser mais respeitados e mostraram a sua necessidade nas equipes.”

Ela menciona que, durante estes dez anos de atuação em Instituições de Longa Permanência de Idosos (ILPI), percebe uma evolução no

entendimento da necessidade de o nutricionista integrar equipes multiprofissionais. “Naquele período, existiam muitos novos empresários, com poucos modelos de sucesso ou regras a serem seguidos e cada um agia conforme seu julgamento. Somado a isso, havia também um desconhecimento dos nutricionistas com o manejo dietético do idoso.

Cuidados paliativos*

Melissa observa, entretanto, que a Nutrição no segmento da gerontologia ainda está em processo de construção e requer estudos e pesquisas. Analisa que muitas situações são consideradas novidade nesta área. “Estamos em construção de conhecimento e atuação. A ferramenta principal do nutricionista ainda é a anamnese clínica, porém direcionada também aos familiares e cuidadores”. A nutricionista ressalta que este exame físico deve considerar as particularidades do envelhecimento; “balança e fita métrica na antropometria são importantes, mas não fundamentais, pois a fisiologia do envelhecimento nos impede que façamos isso com precisão. E ainda, quando não conseguimos sucesso na prescrição

correta de alimentos, suplementos e nutrição enteral podem ser necessários”.

Quanto a algumas restrições alimentares descritas na literatura, Melissa alerta que já não são mais tão importantes e que, muitas vezes, prevalece o desejo do idoso relacionado com a saúde clínica. Esta questão é, para a nutricionista, o maior desafio neste segmento de atuação, quando, nas fases mais avançadas das doenças incuráveis, como é o caso das demências, o nutricionista precisa perceber que nem sempre o estado nutricional é o mais importante na qualidade de vida do idoso e o conforto do paciente deve prevalecer. “Na proximidade da morte, a nutrição é

**Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), “cuidados paliativos consistem na assistência promovida por uma equipe multidisciplinar, que objetiva a melhoria da qualidade de vida do paciente e seus familiares, diante de uma doença que ameace a vida, por meio da prevenção e alívio do sofrimento, da identificação precoce, avaliação impecável e tratamento de dor e demais sintomas físicos, sociais, psicológicos e espirituais”.*

importante. Entretanto, a ferramenta de trabalho do nutricionista passa a ser, também, o amor e a atenção ao idoso e seus familiares, mesmo que essa medida contrarie a prescrição nutricional.” Ela complementa que esse é um desafio que compõe a nutrição nos cuidados paliativos.”

Para estas escolhas difíceis, no entanto, o nutricionista precisa estar inserido em uma equipe multidisciplinar. É uma decisão da equipe, juntamente com o idoso (se possível) e com os familiares.

Multidisciplinaridade

Isto prova, segundo Melissa, que em uma ILPI, é muito importante

a integração das diferentes áreas do conhecimento. O nutricionista é um dos profissionais que gera e troca conhecimentos, favorecendo resultados positivos para a saúde, qualidade de vida e oportunizando conforto para o idoso.

Melissa adverte que é muito importante que cada profissional da equipe conheça a sua função e a do colega, “pois na avaliação de rotina podemos atuar indicando condutas da nossa área, assim como solicitar auxílio, buscando a melhor solução para cada caso, como, por exemplo a indicação da sonda enteral.”

Na prática, ela avalia que a melhor forma da multidisciplinaridade funcional são os “rounds clínicos”, em que os profissionais discutem

qual a melhor conduta, baseada na condição clínica e psicológica do paciente e seus familiares, considerando a opinião técnica de cada membro da equipe.

Importância da dieta adequada

A maioria dos idosos substitui refeições por lanches e muitos trocam o leite por café preto, conforme ressalta Melissa. Ela orienta sobre a importância de manter uma dieta saudável, optando por uma alimentação adequada, com a ingestão de cereais integrais, verduras, arroz, feijão e leite. “O excesso de sal, gordura, alimentos industrializados e refrigerantes devem ser evitados, recomenda a nutricionista.

Estratégias para recuperação do estado nutricional do idoso

A nutricionista aponta algumas estratégias práticas utilizadas pelos profissionais:

Desnutrido: Após identificar o risco de desnutrição ou desnutrição instalada, através de instrumento de rastreio nutricional ou diagnóstico nutricional, medidas de recuperação do estado nutricional precisam ser imediatas. A minha primeira conduta é reforçar a dieta do idoso com alimentos e preparações hipercalóricas, de acordo com a sua preferência. Também uso suplementos simples, como leite em pó sem lactose no café com leite, preparação bem aceita pela maioria dos idosos, azeite de oliva no almoço e jantar, ovo cozido para reforçar a sopa do jantar. Não sendo suficiente, indico suplementação via oral ou enteral, dependendo do caso e da opinião da equipe.



Obeso: O emagrecimento do idoso obeso precisa ser muito cuidadoso. Com o envelhecimento existe uma redução da massa magra e aumento da gordura. Se o idoso não se alimentar de forma adequada a redução de massa magra pode evoluir para o que chamamos de “Sarcopenia”, que é a redução da massa magra com perda de função, ou seja, o idoso passa a ficar mais “fraco” e cansado para realizar as suas atividades diárias. Quando o idoso está emagrecido é fácil de visualizar a redução da massa magra, entretanto, no obeso não é tão óbvio. Neste caso chamamos de “Obesidade sarcopênica”. A melhor conduta nesse contexto é reduzir os excessos e alimentos de baixa qualidade nutricional e oferecer uma dieta hiperproteica (se função renal preservada).



Principais legislações:

- Anvisa RDC 216/2004 - dispõe sobre regulamento técnico de Boas Práticas para serviços de alimentação
- Anvisa RDC nº 283/2005 – aprova o Regulamento Técnico que define normas de funcionamento para as Instituições de Longa Permanência para Idosos, de caráter residencial
- Portaria SES 78/2009 - aprova a lista de verificação em boas práticas para serviços de alimentação, aprova normas para cursos de capacitação em boas práticas para serviços de alimentação e dá outras providências.
- Resoluções CFN**
- CFN 334/2004 - dispõe sobre o Código de Ética do Nutricionista
- CFN 380/2005 - dispõe sobre a definição das áreas de atuação do nutricionista e suas atribuições, estabelece parâmetros numéricos de referência, por área de atuação.
- CFN 576/16 - dispõe sobre procedimentos para solicitação, análise, concessão e anotação de Responsabilidade Técnica do Nutricionista e dá outras providências.

Melissa Côrtes da Rosa, CRN-2 6250, é mestre e doutoranda em Gerontologia Biomédica-PUCRS. Possui mais de dez anos de experiência neste segmento, é responsável técnica por Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPI) e coordena o grupo de Interesse em Nutrição, da Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia (SBGG).



Projeto Veranópolis: longevidade e saúde

A importância dos hábitos saudáveis como forma de assegurar a longevidade com saúde e qualidade de vida é o grande resultado do estudo.

O processo de envelhecimento é um tema que vem sendo alvo de diversas pesquisas em todo o mundo. Estudiosos buscam respostas para saber quais fatores determinam a longevidade com qualidade de vida. A província de Nuoro, na Sardenha, Itália; as ilhas de Icaria, na Grécia, e Okinawa, no Japão; a península de Nicoya; na Costa Rica, e a aldeia de Loma Linda, no sul da Califórnia, EUA, são algumas localidades em que as pessoas vivem mais e melhor, com grande quantidade de idosos acima de 100 anos. São as chamadas Zonas Azuis, pesquisadas pelo americano Dan Buettner, (que escreve para a revista "National Geographic"), autor do livro "The Blue Zones: Lessons for Living Longer from the People Who've Lived the Longest" (ainda sem tradução para o português). Entre as diversas informações pesquisadas e comparadas, a dieta está no topo da lista dos motivos para a longevidade destes habitantes.

No Brasil, um dos maiores e mais conceituados estudos na área de gerontologia tem como palco a cidade de Veranópolis. A importância dos hábitos saudáveis como forma de assegurar a longevidade com saúde e qualidade de vida é o grande resultado do estudo.

Envelhecimento com saúde

Segundo o último censo (2010), Veranópolis tem uma população de 22.810 habitantes, sendo 3.493 (15,3%) pessoas com 60 anos ou mais. Destes, 1.519 (6,6%) são homens e 1.974 (8,7%) são mulheres. De acordo com dados do IBGE, estima-se que em 2017 o município já deve contar com 25.073 habitantes.

Veranópolis ficou conhecida como a Terra da Longevidade, também pelas pesquisas do médico geriatra Emílio Moriguchi (veja entrevista nas próximas páginas), que comprovaram que a população do município tem uma expectativa de vida superior às outras cidades brasileiras. Durante a década de 1990, era a maior expectativa média de vida ao nascer do Brasil: 77,7 anos. No Estado do RS, no mesmo período, a expectativa foi de 71,8 anos, no Brasil de 67,7 anos e em países desenvolvidos e industrializados como os Estados Unidos e o Japão foi, respectivamente, de 76,7 e 80,9 anos.

Cidade Amiga do Idoso

Em 2016, Veranópolis foi reconhecida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como Cidade Amiga dos Idosos, sendo a primeira no Brasil a receber esse título, e única até o momento no país a desenvolver o projeto "Cidade para todas as

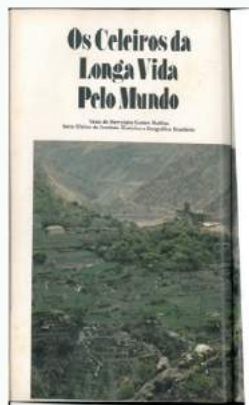
idades". Esta iniciativa foi apresentada, em setembro de 2017, nos Emirados Árabes Unidos, durante a conferência internacional "Sharjah Age-friendly Conference". Este evento reuniu membros da Rede Global de Cidades e Comunidades Amigas do Idoso, da Organização Mundial de Saúde (OMS), para uma troca de experiências e boas práticas.

O município foi representado, na ocasião, pelo cardiologista Waldemar de Carli e pela geriatra Berenice Werle, presidente da seção Rio Grande do Sul, da Sociedade Brasileira de Gerontologia e Geriatria. Os médicos fazem parte da equipe que liderou a pesquisa de avaliação inicial da cidade, realizada entre outubro de 2015 e março de 2016, que obteve respostas de mais de mil cidadãos veranenses. Quem coordena a iniciativa em Veranópolis é o Conselho Municipal do Idoso, presidido pela nutricionista Neide Bruscato.

Também é uma das poucas cidades brasileiras que investigam idosos residentes na comunidade para informações sobre as condições de saúde e seus determinantes.

*Os dados apresentados nesta matéria foram disponibilizados pela coordenação do estudo na cidade de Veranópolis.

Envelhecimento bem-sucedido de idosos



Em 1981, a revista Geográfica Universal publicou uma reportagem (ao lado) em que médicos e sociólogos de diversas nacionalidades, dedicados ao estudo da gerontologia, citavam Veranópolis entre os locais mundiais considerados como favoráveis ao prolongamento da vida humana. “No Estado do Rio Grande do Sul, existe uma localidade denominada Veranópolis, no meio de montanhas, onde vive apreciável número de velhinhos, em sua quase totalidade descendentes de colonos italianos...” destacava o texto. A prefeitura (administração 1989/1992) utilizou esta publicação como apelo turístico, lançando o primeiro folder intitulado o local como “Cidade da Longevidade”.

Pesquisa inicia em 1994

Atraídos pelo fato, em 1994, os médicos geriatras Emílio Moriguchi e Elisabete Michelin, à época do Instituto de Geriatria da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, iniciaram uma série de pesquisas (foto ao lado), com o apoio da prefeitura municipal de Veranópolis. O estudo de coorte iniciou com a pesquisa sobre o envelhecimento bem-sucedido dos idosos longevos. Este trabalho recebeu o nome de “Projeto Veranópolis: Estudos em Envelhecimento Longevidade e Qualidade de Vida”. Os critérios de elegibilidade foram: (1) ter 80 anos completos até a data do recrutamento e (2) residir no domínio territorial de Veranópolis, podendo ser na cidade ou no interior.

O projeto, inicialmente, contou com a participação de 100 idosos e, mais tarde, incluiu mais 196 “muito idosos”. Estava direcionado a entender os fatores de risco cardiovasculares em pessoas com

idade igual ou superior a 80 anos, semelhantes a muitos já desenvolvidos em outras regiões do mundo. A partir de 1998, foram desenvolvidos outros estudos: presença de fatores de riscos cardiovasculares clássicos (tabagismo, diabetes, obesidade, níveis altos de colesterol, hipertensão e história familiar de doenças cardiovasculares). Foi realizado, ainda, um estudo minucioso da alimentação destes idosos, da atividade física diária, do gasto de energia semanal, da avaliação da função renal e transtornos oculares dos idosos. Foram incorporados, também, estudos genéticos com a genotipagem da apolipoproteína E (apoE), gene relacionado com o processo de envelhecimento. Outras investigações foram incluídas, como



os estudos sobre associação entre o nível de consumo alcoólico, principalmente do vinho e seus compostos antioxidantes com resveratrol e presença de fatores genético-moleculares associados com doenças cardiovasculares; e análise de satisfação de vida, função cognitiva (memória), perfil psicológico dos idosos associado ao envelhecimento e saúde bucal, consumo de alimentos funcionais e sua associação com a saúde.

Este segundo momento (1998) marcou o projeto com novos rumos e abordagem de pesqui-

sas que começaram a ser implementadas. Isto porque outros profissionais; além de médicos e enfermeiros, foram integrados à equipe, como nutricionistas, pediatras, educadores físicos, biólogos, psicólogos, farmacêuticos; e começaram a trabalhar com o questionamento que acabou se tornando o objetivo principal do projeto até os dias de hoje: Quais seriam os segredos de um envelhecimento saudável?

Terceira fase do projeto

Em 1999, foi desenvolvido um projeto inovador que tinha como objetivo, estudar, desta vez, não somente os idosos, mas os adolescentes de Veranópolis, com o objetivo de investigar se os costumes dos longevos de Veranópolis estariam sendo preservados. Como resultado, constatou-se que muitos adolescentes já apresentavam fatores de risco para doenças crônico-degenerativas, destacando-se a obesidade e a hipertensão. Nesta oportunidade, surge a terceira fase do projeto com o programa “Promoção de Saúde e Longevidade com Qualidade de Vida”.

Destacam-se outros momentos deste estudo, como no ano de 2000, em que foi realizada a primeira análise longitudinal, comparando perfil de saúde e de vida dos idosos que faleceram entre 1996 a 1999 com os que sobreviveram. Também, de 2006 a 2009, o status vital de todos os participantes da coorte, que iniciou em 1994, foi apurado através de visitas domiciliares. Fez-se o registro do dia exato e da causa da morte pelo Atestado de Óbito.

A área da Nutrição, que sempre teve um papel de destaque no projeto, em 2007, passa a ter mais relevância. A coordenação Operacional do Projeto Veranópolis passa a nutricionista Neide Maria Bruscato, que já integrava a iniciativa desde o ano de 2002 (veja entrevista nas próximas páginas).

Projeto inicial gerou diversas produções científicas

O Projeto Veranópolis de 1994 a 2007 foi trabalho conjunto entre a Prefeitura Municipal de Veranópolis e a Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUCRS) através do Instituto de Geriatria e Gerontologia. A partir de 2007 passou sua parceria dos estudos de Geriatria e Gerontologia para a Universidade do Rio dos Sinos (Unisinos), através do Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva, e para a Associação Veranense de Assistência em Saúde (AVAES), do Hospital Comunitário São Peregrino Lazziozi. O Projeto Veranópolis possui pesquisadores colaboradores de outras Instituições como a PUC/RS, a Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), o Instituto do Coração (INCOR/SP) e o Hospital Moinhos de Vento de Porto Alegre (RS).

Hoje, vinte e três anos depois de iniciada a pesquisa, vários trabalhos foram desenvolvidos por profissionais qualificados em diversas áreas da saúde, tais como: geriatria, cardiologia, psiquiatria, pediatria, nefrologia, nutrição, psicologia, enfermagem, odontologia, educação física, bioquímica, genética e saúde coletiva. Neste



Trabalhos desenvolvidos a partir do Projeto Veranópolis:

- 25 dissertações de mestrado
- 11 teses de doutorado
- 12 monografias
- Mais de 50 trabalhos apresentados em Congressos Nacionais e Internacionais
- 19 artigos científicos publicados

período, o projeto conta com uma produção científica de 25 dissertações de mestrado, 11 teses de doutorado, 12 monografias, mais

de 50 trabalhos apresentados em Congressos Nacionais e Internacionais, além de 19 artigos científicos publicados.

Integração ao Programa do HCOR/SP

O projeto Veranópolis foi incluído, junto com outros 33 centros de pesquisa, no estudo "Efeito do Programa Alimentar Brasileiro Cardioprotetor na redução de eventos e fatores de risco na prevenção secundária para doença cardiovascular: Um Ensaio Clínico Randomizado", promovido desde 2013 pelo Hospital do Coração (HCOR/SP), em parceria com o Ministério da Saúde, com previsão de término em dezembro de 2017.

Participam desta iniciativa, no

município, 50 indivíduos de ambos os sexos com 45 anos, ou mais, que tenham evidência atual ou nos últimos anos de aterosclerose manifesta (doença arterial coronariana, doença cerebrovascular ou doença arterial periférica).

O objetivo deste estudo é avaliar a efetividade do Programa Alimentar Brasileiro Cardioprotetor (DICA Br) na redução de parada cardíaca, infarto agudo do miocárdio, acidente vascular cerebral (AVC), revascularização do mio-

cárdio, amputação por doença arterial periférica, hospitalização por angina instável, ou óbito por causas cardíacas.

Também investiga a eficiência do Programa na redução de fatores de risco como colesterol total, LDL, glicemia, pressão arterial, índice de massa corporal (IMC), circunferência da cintura, além de avaliar o padrão alimentar antes e após o Programa Alimentar Brasileiro Cardioprotetor.

Informações sobre o programa: <https://goo.gl/b4xYEX>

Causas apontadas como fatores da longevidade

Mais de duas décadas marcaram as diversas evidências encontradas nos trabalhos. Entre os resultados, os pesquisadores destacam algumas causas encontradas para explicar a longevidade do povo de Veranópolis. Dieta adequada e saudável consta em dois itens.



Fonte: "Projeto Veranópolis: Estudos em Envelhecimento Longevidade e Qualidade de Vida".

Envelhecimento saudável: dedicação e disciplina

O médico geriatra Emilio Moriguchi, uma das grandes referências em gerontologia no Rio Grande do Sul e do Brasil, e reconhecido em outros países, como o Japão, é um dos idealizadores do “Projeto Veranópolis: Estudos em envelhecimento Longevidade e qualidade de vida”. Moriguchi nasceu no Japão, e veio para o Brasil aos 10 anos, junto com a família. Ele é filho do professor e também médico Yukio Moriguchi, considerado o pai da geriatria no Rio Grande do Sul.

Em seu relato para o CRN-2, o médico geriatra destaca que as pessoas devem ter uma atenção maior com o envelhecimento “porque é um fenômeno global que está impactando o mundo inteiro e de forma extremamente rápida no Brasil. Traz consigo uma série de demandas nas áreas da saúde, políticas públicas e social.” Ele alerta que o envelhecimento com qualidade de vida é uma conquista que resulta da dedicação e disciplina do esforço individual e coletivo na busca de hábitos saudáveis.

A igreja como primeiro contato

Pesquisador na área da longevidade, Emilio Moriguchi teve acesso, na década de 1990, a uma reportagem que citava a cidade de Veranópolis como um local onde havia um grande número de idosos saudáveis e com qualidade de vida. Atento a este fato, juntamente com a médica geriatra Elisabete Michelson, iniciou, em 1994, um extenso estudo que segue até hoje, que muito contribuiu, tanto para a comunidade local, que tem a cidade como referência mundial de longevidade saudável; como para a esfera científica, contemplada com inúmeras informações técnicas sobre o tema.

O início do trabalho em Veranópolis foi marcado por situações singulares. Para conseguir que os idosos participassem do estudo, Emilio Moriguchi teve que



Pesquisador na área da longevidade, o médico geriatra Emilio Moriguchi iniciou, em 1994, um extenso estudo que segue até hoje.

passar pelo prefeito, pela Câmara dos Vereadores e pelo frei responsável pela igreja católica local, que sugeriu que ele comparecesse à missa de domingo para apresentar o projeto.

O primeiro recrutamento aconteceu por meio de um convite informal aos participantes de uma cerimônia religiosa, que Moriguchi destaca como uma das particularidades desta comunidade, que tem o domingo de oração como prática católica.

O geriatra esclarece que este projeto pioneiro no Brasil é um estudo multicêntrico para caracterizar o que é realmente uma dieta brasileira saudável. “O nosso “Projeto Veranópolis” é um estudo longitudinal de envelhecimento mais longo do Brasil, e tem revelado como os idosos longevos com excelente qualidade de vida vem se alimentando ao longo das suas vidas, o que serve de modelo para uma dieta saudável para longevidade, baseada na realidade local”.

Dieta dos veranenses

O geriatra Emilio Moriguchi descreve alguns resultados encontrados na dieta dos veranenses:

- alimentação sem excessos;
- comer em família, na companhia de amigos;
- proteínas magras (frango, carne, porco) em quantidades adequadas;
- sem excesso de gorduras (pesquisas mostraram que as gorduras totais da dieta dos longevos contêm somente 22% das calorias totais);
- muitos vegetais (verduras, frutas e legumes), a maioria oriundos da própria agricultura familiar e sem agrotóxicos (foto ao lado);
- ingestão moderada de vinho tinto caseiro, desde a juventude;
- atividade física adequada (moderada) constante, desde a juventude;
- repouso e lazer adequados, regulares e constantes;
- vida espiritual plena e que dá mais sentido para a velhice.



Fatores de risco para um envelhecimento saudável

O médico Emilio Moriguchi adverte que o envelhecimento populacional ocasiona sérias mudanças na sociedade brasileira. Ele observa que o Brasil não está se preparando, nem estudando de forma adequada. “Este fenômeno vai mudar radicalmente as necessidades nutricionais da sociedade nos próximos anos”.

O geriatra divide os fatores de risco, que influenciam negativamente no processo de envelhecimento, em individuais e sociais. “Individuais são os hábitos de vida desfavoráveis para envelhecimento, como alimentação não-adequada e sedentarismo, além da falta de repouso (sono), de lazer, de tempo com amigos e, ainda, de cultivar uma vida espiritual que oportunize paz de espírito”. Como fatores sociais, ele elenca a falta da visão dos gestores em relação às necessidades da sociedade que envelhece. “Os governantes têm uma concepção muito imediatista das políticas, não planejam as estratégias de

enfrentamento do envelhecimento populacional a longo prazo”. Moriguchi relata problemas nas áreas de saúde, das políticas públicas (legislação trabalhista e tributária), e de infraestrutura (urbanização).

Ele faz referência a hábitos para um envelhecimento saudável, confirmando as recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira. Ele faz alguns alertas, como não comer em excesso, prevenindo a obesidade, um problema no envelhecimento que agrava outras doenças relacionadas, como hipertensão, dislipidemia, diabetes e artrose. Recomenda a ingestão de quantidades suficientes de nutrientes, principalmente de proteínas e de alimentos que contenham vitaminas e minerais, e o controle da ingestão do excesso de sódio, presente nos alimentos. O médico aconselha, ainda, fazer as refeições em família ou em companhia de “pessoas agradáveis, pois o isolamento e o “comer sozinho” não é saudável para o indivíduo”.



Hábitos para um envelhecimento saudável

Referências de hábitos saudáveis, destacados pelo médico Emilio Moriguchi.

*fotos cedidas pela coordenação do Projeto Veranópolis.

Emilio Moriguchi, um dos maiores especialistas em saúde do Brasil, possui formação em medicina pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS). Realizou doutorado pela Tokai University School of Medicine, no Japão; e pós-doutorado pela Wake Forest University, de Winston (EUA). Aperfeiçoou-se em Metodologia de Pesquisa e Doenças Crônicas pela World Health Organization, na Suíça.

Atualmente é chefe e professor do Departamento de Medicina Interna da Faculdade de Medicina da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), professor do Programa de Pós-

-Graduação em Saúde Coletiva da UNISINOS, professor-colaborador do Programa de Pós-Graduação em Ciências da Saúde, Cardiologia e Ciências Cardiovasculares da UFRGS, coordenador do Núcleo de Geriatria e Gerontologia do Hospital Moinhos de Vento. Professor-visitante da Faculdade de Medicina da Yokohama City University, Japão. Pesquisador e coordenador geral do Projeto Veranópolis Estudos em Envelhecimento Longevidade e Qualidade de vida. Realiza trabalho voluntário de atendimento aos agricultores e imigrantes japoneses no interior dos Estados de Rio Grande do Sul e de Santa Catarina.

Dieta adequada e envelhecimento saudável

A alimentação adequada é um dos fatores ambientais que mais contribui para o envelhecimento saudável e para a melhoria na qualidade de vida dos idosos. Esta conclusão, evidenciada entre os resultados já apresentados do Projeto Veranópolis Estudos em Envelhecimento Longevidade e Qualidade de Vida, e em outras iniciativas subsequentes, é a base de trabalho da nutricionista Neide Maria Bruscato, CRN-2 2568. Como coordenadora operacional, desde 2007, com responsabilidade administrativa do Projeto Veranópolis e dos programas de mestrado e doutorado novos e em andamento, Neide destaca a importância do segmento da Nutrição inserido em todas as ações sob sua responsabilidade, contribuindo para as práticas alimentares saudáveis que, conseqüentemente, revertem em saúde para a população.

Interesse pelo tema

Neide Bruscato evidencia que sempre teve um grande interesse pelo tema, “queria compreender por que os idosos com 80 anos, ou mais, tinham um envelhecimento com uma boa qualidade de vida”. No início do Projeto Veranópolis, em 1994, o meu avô estava participando e ele viveu até 102 anos com poucas doenças. Isso me motivou, ainda mais, a buscar respostas para os segredos da longevidade saudável”. A nutricionista integra este trabalho desde 2002, tendo iniciado como pesquisadora na área da Nutrição. Após a conclusão do mestrado em medicina e ciências da saúde, com ênfase em geriatria, ela recebeu, em 2007, o convite de Emilio Moriguchi, para a coordenação local do projeto Veranópolis, que fez a veranense voltar definitivamente a morar na cidade.

Desafios

Esta oportunidade na carreira profissional de Neide foi assumida como um importante desafio, porque tinha que entender não só de Nutrição, mas também possuir conhecimentos em outras áreas da saúde para o devido acompanhamento e execução dos projetos. Nos dez anos à frente da coordenação, a nutricionista pontua algumas iniciativas, originadas do Projeto Veranópolis, de importância para a sociedade e para os profissionais. Dos diversos trabalhos realizados, ela menciona cinco que incluem a área da Nutrição para os estudos. O primeiro destaque é para o “Projeto Veranópolis: Prevenção Promoção de Saúde”, implementado em 2007, com o objetivo de estabelecer um programa de incentivo a saúde integral, qualidade de vida e longevidade na população de Veranópolis, desenvolvido por uma equipe multidisciplinar. Participam 850 integrantes, com idade maior ou igual a 10 anos, que estão sendo avaliados em diversas características sociodemográficas e fatores de risco para doenças crônicas.

Em 2011, uma parceria com o Incor (Instituto do Coração do Hospital das Clínicas de São Paulo) marca o programa em Veranópolis. O Projeto “Confrarias:

A nutricionista Neide Bruscato, coordenadora operacional do Projeto Veranópolis, destaca as iniciativas, os desafios e as lições decorrentes deste trabalho.



Foto: VB Videoproduções

Estudo de Índices de Envelhecimento e Prevalência de Aterosclerose em Bebedores de Vinho Habituais vs. Abstêmios”.

O “Projeto Fatores de Risco Cardiovasculares e Metabólicos em Escolares Brasileiros”, iniciado em 2012, foi um estudo transversal e observacional que envolveu os escolares da rede pública e privada de Veranópolis-RS. O objetivo foi avaliar inicialmente as medidas de peso, altura e índice de massa corporal, incluindo questionário padronizado sobre antecedentes médicos pessoais e familiares.

Em 2013, mais uma iniciativa desafiadora, o “Projeto Efeito do Programa Alimentar Brasileiro Cardioprotetor na redução de eventos e fatores de risco na prevenção secundária para doença cardiovascular: Um Ensaio Clínico Randomizado”, desenvolvido em parceria com o Hospital do Coração-HCOR de São Paulo, juntamente com mais 33 centros, ação coordenada pela nutricionista Margarete Weber (projeto mencionado na página 10).

Neste ano (2017) mais uma ação evidencia a dimensão do trabalho em Veranópolis. O “Projeto: Avaliação da herdabilidade do comprimento telomérico e de Polimorfismos na via de p53 ao longo de quatro gerações e sua influência na longevidade” está sendo realizado em parceria com a Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS). Entre os objetivos desta pesquisa está a construção do hereograma das famílias (foto abaixo).

Quatro gerações de uma das famílias que participaram do estudo.



Caminhada profissional

A trajetória profissional da nutricionista Neide Bruscato junto ao Projeto Veranópolis oportunizou a sua participação em outros segmentos que têm como foco a saúde do idoso. Integra o Conselho Municipal do Idoso da cidade (foi presidente até setembro deste ano) e coordenou o projeto “Veranópolis: município para todas as idades”. Compõe a Associação Brasileira de Alzheimer (ABRAZ), sub-regional Veranópolis, a qual realiza encontros de orientação da doença para profissionais da saúde, familiares e cuidadores. É responsável na orientação e execução local pela produção científica de nove dissertações de mestrado, de seis teses de doutorado em várias áreas e de 11 monografias (sendo oito no segmento da



A nutricionista organiza seminários científicos na área da geriatria, pediatria e cardiologia.

nutrição), além da produção de 13 artigos científicos em várias áreas da saúde.

Com a finalidade de estimular



“Um dos mais significativos achados foi a evidência de que hábitos saudáveis compõem um conjunto de fatores que podem assegurar a longevidade com saúde e qualidade de vida”.

Neide Bruscato

o debate sobre o tema e possibilitar o retorno à comunidade dos projetos realizados, a nutricionista organiza, desde 2007, seminários científicos na área da geriatria, pediatria e cardiologia. Também já participou de várias reportagens na área do envelhecimento para redes locais e nacionais.

Em 2016, a Sociedade Alfredo-chavense (Soal), de Veranópolis, reconheceu o trabalho da nutricionista concedendo o troféu “Gente nossa que faz por nossa gente” (foto página 14).

Relato da nutricionista

“A coorte inicial do projeto Veranópolis com idosos longevos, com 80 anos e mais, contribuiu com inúmeros achados nestes 23 anos de pesquisa. Mas, na minha opinião, um dos mais significativos foi a evidência de que hábitos saudáveis compõem um conjunto de fatores que podem assegurar a longevidade com saúde e qualidade de vida. Os resultados nutricionais mostraram que os idosos tinham uma alimentação com quantidades corretas de carboidratos, proteínas e gorduras e estavam adequadas de acordo com as recomendações da Organização Mundial da Saúde (OMS).

Também foi observada uma ingestão moderada de vinho tinto e o consumo regular de frutas e vegetais ricos em flavonoides.

O aprendizado que este projeto proporcionou a todos os envolvidos é que a união fez a força,



Início do projeto “Cidades para todas as idades”.

ou seja, a convergência da ciência da Nutrição com outras áreas da saúde, resulta em desenvolvimento de mais qualidade de vida e prevenção das doenças crônicas na área do envelhecimento. E é uma satisfação poder contribuir para que mais profissionais, das diversas áreas, sejam qualificados para trabalhar na área do envelhecimento.”

O Projeto Veranópolis já foi pauta de várias reportagens para redes locais e nacionais, com entrevistas da coordenadora do Projeto, Neide Bruscato (foto abaixo).



NEIDE BRUSCATO
pesq. da Assoc. Veranense de Saúde

Neide Maria Bruscato é formada pelo Instituto Metodista de Educação e cultura IPA/IMEC, em 1992. Possui mestrado em Ciências da Saúde com ênfase em Gerontologia pela Pontifícia Universidade do Rio Grande do Sul (PUC) 2006 e doutorado em Ciências Cardiovasculares pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) 2016

Pesquisadora, Nutricionista e Coordenadora Operacional do Projeto Veranópolis: Estudos em Envelhecimento Longevidade e Qualidade de Vida.

Vice-presidente do Conselho Municipal do Idoso de Veranópolis (CMI).

Contatos com a nutricionista para informações sobre os trabalhos: nmbruscato@yahoo.com.br

Nutrição e fertilidade

Já é de conhecimento que os alimentos têm um importante papel na vida das pessoas. São fundamentais para a saúde e qualidade de vida. E a saúde reprodutiva dos casais? Também depende de hábitos saudáveis? Sim, segundo a nutricionista Rosa Silvestrim, CRN-2 2605. “A nutrição tem sido apontada como um dos principais fatores ambientais que influenciam a saúde do sistema reprodutivo.” E por este motivo, destaca Rosa, é de fundamental importância a atuação do nutricionista em equipes multidisciplinares neste segmento. Formada há 24 anos, a profissional, que atua em uma clínica de reprodução humana em Porto Alegre, trabalha, desde 2006, com casais inférteis que não conseguem engravidar espontaneamente e necessitam de tratamento para conceber. Ela relata que, após receberem orientação nutricional, melhoram hábitos alimentares e estilo de vida, aumentando suas chances de gravidez e de gerar um filho saudável.

CRN-2: Qual a ação efetiva da nutrição na fertilidade humana?

Rosa Silvestrim: A nutrição tem um papel fundamental para potencializar a fertilidade espontânea e também nos tratamentos de reprodução assistida. A alimentação exerce um papel primordial no fornecimento de nutrientes adequados para o bom crescimento das células do corpo, o que também contribui para a fertilidade. Alguns nutrientes ajudam a melhorar a motilidade, o número e a qualidade dos espermatozoides. Também colaboram para diminuir os índices de fragmentação do DNA espermático, quando estão elevados.

A nutrição auxilia no funcionamento hormonal, na melhora da qualidade dos oócitos (óvulos), no tratamento da síndrome dos ovários policísticos (causa de infertilidade feminina em 25%), na endometriose (doença que afeta uma em cada dez mulheres em idade reprodutiva), na qualidade do endométrio, na formação de um embrião de boa qualidade para gerar um filho saudável.

Fatores nutricionais, como as vitaminas, minerais e compostos bioativos das frutas e hortaliças, por exemplo, são capazes de modular os mecanismos epigenéticos na formação do embrião.

CRN-2: Quais os cuidados na dieta do casal?

Rosa: Os casais com problemas para engravidar se beneficiam

quando retiram alimentos com alto índice glicêmico, como as farinhas refinadas, pão branco, biscoitos, barra de cereais, iogurtes com açúcar, doces, sucos e refrigerantes, que geram processos inflamatórios e alterações metabólicas, as quais interferem na qualidade dos gametas e no crescimento do endométrio, onde o embrião se fixa e a gestação se desenvolve. São beneficiados também, quando fazem uso diário de alimentos potencialmente antioxidantes e anti-inflamatórios como as frutas, verduras, legumes. Outros bons exemplos são as castanhas, amendoim, nozes e amêndoas (fontes de vitamina E, selênio e zinco), bacalhau e salmão selvagem (fontes de ômega 3), cereais integrais (como a quinoa, aveia, amaranto) e muita hidratação, com água sempre. Importante também, utilizar probióticos que favoreçam uma microbiota intestinal saudável, desinflamada, para que ocorra melhor absorção dos nutrientes e suplementos utilizados.

CRN-2: A obesidade e/ou o sobrepeso influenciam na fertilidade? Por quê?

Rosa: A obesidade gera transtornos hormonais que interferem no sistema reprodutivo, no eixo hipotálamo-hipófise-gonadal. O excesso de peso pode ter impacto negativo nos ovários, onde os óvulos são produzidos, bem como no endométrio, onde são depositados os óvulos fertilizados.



Foto: Arquivo pessoal

A orientação nutricional e a melhora de estilo de vida aumentam as chances de gravidez em casais que se submetem às técnicas de reprodução assistida, como a fertilização in vitro (FIV), a injeção intracitoplasmática de espermatozoides (ICSI) e a inseminação intrauterina (IU).

Rosa Silvestrim

Mulheres obesas têm excesso de estrogênio, podendo ocorrer ciclos irregulares, e não ovularem. São mais propensas à infertilidade, necessitam de mais tempo para engravidar, têm maior risco de aborto espontâneo.

Homens acima do peso têm maior risco de disfunção erétil, têm pior qualidade, quantidade e motilidade de espermatozoides. Problema que se agrava com a idade. Mais de 10% dos casos de infertilidade são atribuídos ao excesso de peso.

CRN-2: O que há de mais moderno em pesquisas sobre o tema “Nutrição e reprodução humana/fertilidade”?

Rosa: Está em andamento uma pesquisa na Espanha, com identificação das colônias de bactérias que constituem o endométrio. Isto significa que poderemos, por meio de alimentos e suplementos probióticos específicos, favorecer a implantação do embrião, um dos grandes desafios encontrados na reprodução assistida.

Rosa Silvestrim é graduada em Nutrição pelo Instituto Metodista de Educação e Cultura (IMEC). É mestre em Nutrição e Esporte pela Universidade Internacional de Valencia/Espanha. Integra equipe clínica de um Instituto em Madri/Espanha, o qual trabalha com recuperação funcional total de hérnias discais.

SEMANA DA ALIMENTAÇÃO RS 2017

CRN-2 aborda comportamento alimentar

Com o debate “Rumo à Consciência Alimentar”, a 15ª Semana da Alimentação RS 2017, ocorreu de 16 a 22 de outubro, com a realização de ações por todo o Estado. A Semana é promovida pelo CRN-2, Consea/RS, Emater/RS-Ascar, Fesans/RS e Governo do Estado, a qual, neste ano, teve a coordenação do Consea/RS. Também é integrada por diversas instituições que atuam com Segurança Alimentar e Nutricional. Entre as várias iniciativas realizadas em todo o Estado, destaca-se o “Seminário sobre consciência alimentar”, organizado pelos



promotores, que marcou o Dia Mundial da Alimentação, 16 de outubro, e abriu a programação (foto acima).

O Conselho Regional de Nutricionistas 2ª Região (CRN-2), que inclui esta atividade como um dos destaques em seu calendário anual, realizou no dia 18 de outubro, a quinta edição do Seminário Temático, que este ano abordou o



Comportamento Alimentar.

A Semana foi encerrada no domingo, 22/10, com a tradicional Praça de Segurança Alimentar e Nutricional (SAN), realizada no Parque Farrroupilha, em Porto Alegre (foto acima). Promotores e apoiadores da Semana apresentaram programas e atividades relacionadas com Segurança Alimentar e Nutricional.

Seminário em quinta edição

Um público composto por nutricionistas, técnicos em Nutrição e Dietética, acadêmicos, profissionais de outras áreas da saúde e comunidade, acompanhou atentamente o V Seminário Temático do CRN-2: Comportamento Alimentar e o debate sobre os diversos aspectos que influenciam e determinam o comportamento alimentar de adultos e crianças.

A mesa de abertura (foto à direita) foi coordenada pela presidente do CRN-2, Glaube Riegel, e contou com a participação de representantes das instituições apoiadoras do evento e organizadoras da Semana da Alimentação. Prestigiaram a iniciativa a presidente da Agan, Rosangela Parmigiani; o prefeito de Quinze de Novembro, Gustavo Peukert Stolte, pela Famurs; e os representantes da Emater-RS-Ascar, Ines Argenta, gerente técnica adjunta; e do Consea/RS, Edni Oscar Schroeder.



Equipe multiprofissional

Uma equipe multiprofissional de palestrantes (foto abaixo) enriqueceu os debates durante o V Seminário.



Participaram as nutricionistas Manoela Jornada e Gislaine de Anastácio, que falaram sobre Comportamento Alimentar, o psicólogo Maurício Marques, que abordou “O mindfulness no treinamento psicológico”, e a profissional de Educação Física Angelica Adamoli, que destacou “Mindfulness e práticas corporais: evidências e experiências”. A mediação ficou sob a responsabilidade da vice-presidente, Jacira dos Santos.

Mais de 80 pessoas participaram do V Seminário e avaliaram positivamente a ação, entre outros motivos, pelo tema ser abordado por uma equipe multiprofissional.

A iniciativa arrecadou, aproximadamente, 60 quilos de alimentos não perecíveis que foram doados à Campanha Prato Cheio, Mesa Brasil SESC.

Múltiplas ações marcaram o Dia do Nutricionista

Iniciativa inédita congregou nutricionistas e acadêmicos em Porto Alegre e em diversas cidades do interior do Estado. Os eventos foram promovidos e/ou apoiados pelo CRN-2.

Para comemorar o Dia do Nutricionista no Rio Grande do Sul, o CRN-2 e Instituições de Ensino Superior promoveram uma extensa programação, com eventos técnicos e de confraternização,

em Porto Alegre, Santa Maria, Santana do Livramento, Bento Gonçalves, Novo Hamburgo, São Leopoldo, Frederico Westphalen, Alegrete, Lajeado, Bagé e Pelotas.

Porto Alegre destaca Food Design



O bate-papo “Food Design na apresentação de pratos”, com a nutricionista Marina Azambuja Amaral e confraternização em clima de festa foram os destaques do encontro que reuniu nutricionistas em Porto Alegre. A presidente Glaube Riegel e as conselheiras do CRN-2 receberam os colegas para a celebração do Dia do Nutricionista, que, segundo os participantes foi um momento muito agradável de reencontros e, ainda, de atualização com o debate técnico.



CRN-2 faz pronunciamento na Tribuna Popular

O CRN-2 fez um alerta, na Tribuna da Câmara dos Vereadores de Porto Alegre, no dia 31 de agosto, sobre a obesidade infantil. A conselheira Angelita Laipelt Matias chamou a atenção dos vereadores sobre os altos índices da obesidade em crianças e adolescentes e o papel fundamental do nutricionista para conter e reverter este processo. A presidente do CRN-2, Glaube Riegel, compôs a mesa ao lado do presidente da Casa, Cássio Trogildo.

Dia do Nutricionista entra para o Calendário Oficial de Porto Alegre

Um Ato Solene, realizado no dia 31/8, representou a “entrega simbólica” da Lei Municipal 12.264, de 13.06.2017, instituindo o Dia do Nutricionista no calendário oficial de Porto Alegre. Estiveram presentes na solenidade, o vereador Márcio Bins Ely, as presidentes do CRN-2, Glaube Riegel; do Sinurgs, Maria Teresinha Govinatski; da Agan, Rosangela Parmigiani; e diversos nutricionistas que foram prestigiar o momento.





Santa Maria debate PICs e Evolução dos Alimentos

O CRN-2 e o Curso de Nutrição da Unifra promoveram, no dia 31/8, o evento alusivo ao Dia do Nutricionista em Santa Maria com destaque para o debate de “Práticas Integrativas Complementares (PICs) e Fitoterapia” e “Evolução dos Alimentos: futuro e segurança alimentar” ministradas, respectivamente, pela vice-presidente do CRN-2, Jacira Conceição dos Santos, e pela Engenheira de Alimentos, Neila Richards.



Bento Gonçalves: “Estratégias de Marketing para Nutricionistas”, com a nutricionista Vanessa Fernandes Coutinho, foi o destaque da ação que comemorou a data em Bento Gonçalves e região da Serra Gaúcha, no dia 29/08, numa iniciativa da Faculdade Cenecista.



Frederico Westphalen: A Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões (URI) promoveu evento, em 31/08, que contou com as palestras “A importância do Nutricionista” e “Intolerância e Alergias Alimentares” ministradas, pela conselheira do CRN-2, Juliana Orengo, e pela nutricionista Mariana Ferreira Santos.



Lajeado comemora com palestras

A comemoração da Semana do Nutricionista foi realizada em Lajeado, pelo CRN-2 e pela Univates, no dia 01 de setembro. A programação contou com as palestras sobre “Dieta Mediterrânea na Doença Hepática Gordurosa não alcoólica”, ministrada pela nutricionista Juliana Bruch, e sobre “Atuação do Nutricionista no Programa Nacional de Alimentação Escolar” pela nutricionista Ana Luíza Scarparo.



Alegrete: Com o tema “Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNTs)”, foi realizado o III Encontro de Nutricionistas de Alegrete, organizado pela equipe de nutricionistas das Secretarias de Saúde, de Promoção e de Desenvolvimento Social e Educação, da Prefeitura de Alegrete, no dia 31 de agosto. O evento foi direcionado aos diversos profissionais da área da saúde.



Bagé: A palestra “Nutricionista: áreas de atuação e competências técnicas”, ministrada pela conselheira do CRN-2, Chirle Raphaelli, marcou a data comemorativa, em evento promovido pela Universidade da Região da Campanha (Urcamp), no dia 01 de setembro.



Santana do Livramento: O 1º Encontro Regional de Nutricionistas, promovido pelo Serviço de Nutrição da Secretaria Municipal de Saúde, foi aberto, no dia 28/08, pela presidente do CRN-2, Glaube Riegel, com uma roda de conversa sobre a importância da atuação profissional. Entre as atividades do Encontro, destaca-se o primeiro “Desafio Nutricional”.

Novo Hamburgo: A palestra “Genômica nutricional na prática clínica”, ministrada pela nutricionista Ana Carolina Andretti, marcou o dia comemorativo. Foi realizada em 30/08, pelo Curso de Nutrição da Feevale, com a participação da conselheira Elba Funk..



São Leopoldo: “Inovação, Ciência e Tecnologia no Dia do Nutricionista” foi o tema do evento comemorativo realizado em São Leopoldo pelo Instituto Tecnológico em Alimentos para a Saúde - itt Nutrifor/Unisinós. A iniciativa aconteceu no dia 31 de agosto.



Pelotas: A V Jornada de Nutrição da AGAN, promovida pelo Núcleo Regional Zona Sul, da Associação Gaúcha de Nutrição, foi realizada no dia 22 de setembro, devido às férias acadêmicas. Destaca-se, entre as palestras, “Manejo Clínico na Amamentação”, apresentada pela nutricionista Angelita Laipelt Matias, conselheira do CRN-2.



Aleitamento materno é destaque em campanha do CRN-2

Compartilhando experiências: incentivo à amamentação é uma campanha do CRN-2 que reconhece e oportuniza visibilidade a nutricionistas, técnicos em Nutrição e Dietética e acadêmicos em estágio que atuam com práticas de promoção, proteção e apoio ao aleitamento materno.

A programação integrou o "Agosto dourado", mês definido para sensibilizar a população sobre a importância da amamentação.

A iniciativa contou com a participação de 15 profissionais e acadêmicos de várias cidades do Rio Grande do Sul. Eles encaminharam relatos de suas atuações, com fotografias de atividades neste segmento, os quais foram incluídos em um banner de divulgação, que foi lançado no dia 3/8, durante o evento sobre Aleitamento Materno. Os relatos das experiências profissionais estão disponíveis no portal do CRN-2.

A campanha será continuada em 2018.

agosto dourado

Compartilhando experiências: incentivo à amamentação

Nut. Camila Lehnhart Vargas CRN-2 8264 - Santa Maria
Exposição fotográfica e bate-papo: Amamentar é...

Programa de Extensão: Mãe e Bebê - Incentivo ao Aleitamento Materno Exclusivo

Nut. Claudia Helena de A. Nunes CRN-2 2914- Porto Alegre
Exposição fotográfica: "Doação de Amor"

Nut. Cintia Eliana Rohr CRN-2 9600 - Montenegro
Aula Nutrição nas fases da vida

Nut. Daiane Tais Schwantes CRN-2 9029P - Nova Petrópolis
Grupo de Apoio ao Aleitamento Materno (GAAMA)

Nut. Francielane Jobim Benedetti CRN-2 6243 - Santa Maria
Mostra fotográfica: Amamentação em um click

Nut. Gislaíne Teixeira Ferreira CRN-2 7681- Osório
PRO-MAMÁ - Programa Municipal de AM de Osório

Nut. Juliana Paludo Vallandro CRN-2 5439- Porto Alegre
Simulação Clínica: uma Estratégia para o Ensino de AM em Nutrição

Nut. Patrícia Vianna da Rosa CRN-2 11248 - Santa Maria
Nutricionista: ator de encorajamento do AM

Nut. Raquel Peter Maldaner CRN-2 11587 - Novo Hamburgo
Apoio à amamentação através da visita domiciliar ao recém-nascido na atenção básica

Acadêmica Roberta Aparecida V. Carneiro - Porto Alegre
Banco de Leite - acolhimento e orientação

Nut. Samanta Estefania da Maia CRN-2 12649 - Canoas
Promoção, incentivo e apoio ao AM

Nut. Susana Fernandes Rosa CRN-2 4013 - Porto Alegre
Grupo mãe e bebê da unidade básica de saúde Restinga

CRN-2
CONSELHO REGIONAL DE NUTRICIONISTAS - 2ª REGIÃO

AGOSTO DOURADO

Trabalhar juntos para o bem comum

O IX Seminário Estadual da Semana Mundial da Amamentação e o IV Seminário Estadual da Estratégia Amamenta e Alimenta Brasil aconteceram em Porto Alegre, nos dias 3 e 4 de agosto, com o tema Trabalhar juntos para o bem comum. Os eventos, que marcaram a Semana Mundial da Amamentação, foram promovidos pela Secretaria Esta-

dual da Saúde (SES) e Estratégia Amamenta e Alimenta Brasil, com o apoio de diversas instituições, entre estas o CRN-2. As palestras foram apresentadas por renomadas autoridades que atuam no segmento.



O CRN-2 lançou a campanha "Compartilhando experiências: incentivo à amamentação" durante o Seminário

Dia do Técnico em Nutrição e Dietética

Homenagens em Porto Alegre, Esteio e Passo Fundo

Os Técnicos em Nutrição e Dietética (TNDs) receberam homenagens do CRN-2 e de instituições parceiras com atividades de confraternização e palestras

Porto Alegre - Os TNDs da capital e região metropolitana foram recepcionados, no dia 24 de junho (foto à direita), com um café da manhã promovido pelo CRN-2, com o apoio da Associação Gaúcha de Nutrição (Agan).

Foram destacados temas como "Inteligência Emocional nos Relacionamentos", apresentado pela psicóloga Cristina Thudium, e relatos de experiências "Como eu cheguei lá", com as técnicas Kelen Theis Cardoso, da área hospitalar, e Ursula Dausacker, de padaria e confeitaria.

Passo Fundo - A Escola Estadual de Educação Profissional João de Cesaro em parceria com o CRN-2 promoveu, no dia 27/06, um evento comemorativo em Passo Fundo. Foram apresentados relatos das experiências dos TNDs: Michel Pagliarini, "UAN industrial e acadêmica de universidade"; Raquel dos Santos, "Área hospitalar e acadêmica de universidade"; Débora Rocha, "Lactário e sondário";

Calhandra Guzzo, "Indústria de Alimentos"; e Eliane Gomes, "UAN hospitalar".

Esteio: O curso técnico da escola UNIPACS, em parceria com o CRN-2, realizou, no dia 27/06, um seminário com palestras da vice-presidente do CRN-2, Jacira Conceição dos Santos, sobre "Código de Ética do TND", e das TNDs Sandra Moraes, "Empreendedorismo para o TND", e Jéssica Cheruti, que falou sobre "Atuação em Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN)".



Dia Nacional da Saúde e da Nutrição Importância do alimento seguro

Valorização profissional e compromisso com a saúde da população foram os objetivos do CRN-2 ao pautar o tema “alimento seguro” no Dia Nacional da Saúde e da Nutrição.



Ação de sensibilização

Com o objetivo de alertar a população sobre armazenamento e conservação de alimentos, o CRN-2, em parceria com a Coordenadoria Geral de Vigilância em Saúde (CGVS), da Secretaria Municipal de Saúde de Porto Alegre, desenvolveu, nos

dias 31/03 e 01/04, oficinas para a população no shopping Bourbon Wallig (foto à esquerda). Conselheiros do CRN-2 e equipe de fiscais da Vigilância Sanitária realizaram orientação por meio de simulação de organização e armazenamento dos alimentos na geladeira. Também apoiaram esta atividade os cursos de Nutrição das Instituições de Ensino Superior (IES) do Unilasalle e da UniRitter.

Conservação de alimentos

O Seminário: Conservação de Alimentos integrou as atividades do Dia da Saúde e da Nutrição (foto à direita). A iniciativa foi realizada no dia 31/03, pelo CRN-2 e pelo serviço de Nutrição do Hospital São Lucas (HSL) da PUCRS. Ministraram as palestras, as nutricionistas Camila Giannessini, conselheira do CRN-2, que abordou “Conservação de Alimentos”, e Roberta Brandão, do HSL, que falou sobre “Armazenamento e rotulagem de alimentos no âmbito hospitalar”.



Ações no interior

Cursos de Nutrição de diversas Instituições de Ensino Superior (IES), em parceria com o CRN-2, promoveram ações no dia 31/03. Tendo como base de atuação os materiais elaborados pelo CRN-2, com foco em Conservação de Alimentos e Leitura de Rótulos, professores e acadêmicos de Nutrição realizaram orientação nutricional em praças, ambulatórios, hospitais, supermercados e nas dependências das universidades. Integraram a iniciativa as IES: Faculdade Fátima, UCS, UFSM campus Palmeira das Missões, UNIJUI, Unisinos, UPF, URI - Campus Frederico Westphalen e Campus Erechim e a Escola Técnica João de Cézaro.

Dia Mundial da Saúde Orientação a profissionais e sociedade

O Dia Mundial da Saúde, 7 de abril, marcou duas importantes ações do CRN-2. O workshop “Me formei, e agora?”, realizado no dia 7/4, reuniu nutricionistas e expertises para debate e orientações sobre atuação profissional (foto abaixo). A iniciativa, promovida no auditório do SESC, em Porto Alegre, foi idealizada pelo CRN-2 com

o objetivo de acolher os novos profissionais e despertar uma visão crítica das diversas áreas de trabalho, abordando as variáveis que determinam a atuação ética e competente.

O evento abordou temas como “Gestão em Serviços de Alimentação”, com a nutricionista Vanessa Fernandes Coutinho; “Nutrição Clínica, Fitoterapia e Práticas Integrativas Complementares (PICs)”, com a então presidente do CRN-2, Jacira Conceição dos Santos; “Escolhi, decidi. Simples assim?”, com o coach Jackes Heck, “A nova era do marketing digital”, com o publicitário Fabiano Goldoni; “Instituições de Longa Permanência de Idosos (ILPI)”, com a nutricionista Melissa Cortês da Rosa; “Assessoria, Consultoria e Responsabilidade Técnica em Escolas Infantis e Food Service”, com a nutricionista Fabiana Borrego.

Ação na Praça

O Conselho Regional de Nutricionistas 2ª Região integrou a atividade que a Secretaria Municipal de Saúde (SMS), e instituições parceiras, levaram à Praça da Alfândega, para marcar o Dia Mundial da Saúde. Na ocasião, a população recebeu orientações sobre qualidade de vida direcionadas para prevenção de depressão, tema proposto pela Organização Mundial da Saúde (OMS), na campanha “Vamos conversar”.

Conselheiras do CRN-2 realizaram orientação nutricional com o objetivo de oportunizar ao público esclarecimentos sobre alimentação saudável e qualidade de vida (foto acima).





O Conselho mais perto de você

Erechim

O projeto “O Conselho mais perto de você” foi desenvolvido em Erechim, no dia 21 de setembro, levando à Região diversas ações do CRN-2.

A agenda contou com reuniões com o prefeito e com o reitor da URI, com entregas de carteiras profissionais e com o Simpósio sobre Atuação Profissional. Participaram da iniciativa a presidente Glaube Riegel, a vice-presidente Jacira Santos, e o conselheiro Paulo César da Silva.



Prefeitura e URI na pauta

Temas como Políticas Públicas, Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) e Segurança Alimentar foram abordados na reunião que o CRN-2 realizou com o prefeito de Erechim, Luiz Francisco Schmidt; com a Secretária de Educação, Vanir Clara Bernardi Bombardelli; e com a nutricionista Fabíola Gonçalves. O assunto também foi pauta de um encontro com o reitor da Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões (URI), Luiz Mario Silveira Spinelli, e com a coordenadora do Curso de Nutrição, Vivian Polachini Skzypek Zanar-

do. A ação também visou estreitar relações com a universidade.

Entrega de carteiras

O CRN-2 entregou, neste dia, durante a 108ª Sessão Solene, Carteiras de Identidade Profissional a 14 nutricionistas do município e região. A solenidade aconteceu na URI.

Atuação Profissional

Assuntos relativos à atualização técnica e informações sobre legislação pertinente à profissão e as atividades e competências do CRN-2 foram os temas destacados no Simpósio sobre Atuação Profissional, ação que integra o projeto “O

Conselho mais perto de você” (foto acima).

As palestras iniciaram com a apresentação “O Nutricionista e a Responsabilidade Técnica” pela nutricionista fiscal do CRN-2, Tessa Bitencourt Valente, seguida de “Nutrição Clínica, Fitoterapia e Práticas Integrativas Complementares”, com a vice-presidente do CRN-2, Jacira Conceição dos Santos, e “A atuação do nutricionista em Nutrição em Esportes” ministrada pela nutricionista Marcia Gabriele. O evento foi sediado pela URI, e contou com a participação de nutricionistas e acadêmicos do município e região.

Santa Maria



Contemplando o projeto “O Conselho mais perto de você”, o CRN-2 promoveu, no dia 9 de outubro, em Santa Maria, cidade onde está situada a Delegacia do Regional, o III Workshop “O nutricionista e sua responsabilidade técnica” e a entrega de Carteiras de Identidade Profissional, realizados no Centro Universitário Franciscano (Unifra).

O nutricionista e sua RT

O encontro realizado pelo CRN-2 contou com a palestra da conselheira Juliana Orengo, que abordou questões sobre as obrigações relativas à assunção de responsabilidade técnica dos profissionais.

Também ocorreu a 109ª Sessão Solene, momento em que 33 nutricionistas da região receberam suas carteiras, em solenidade coordenada pela presidente do CRN-2, Glaube Riegel.

Carteiras profissionais

Mais 499 nutricionistas do Rio Grande do Sul receberam a Carteira de Identidade Profissional em 2017.

Foram realizadas quatro Sessões Solenes para a entrega do documento em Porto Alegre e sete no interior do Estado (incluindo as duas que constam nesta página). Os conselheiros que coordenam estas ações, destacaram a importância de os nutricionistas terem conhecimento dos aspectos éticos e legais do exercício profissional.



Sessão solene realizada em Porto Alegre

Selo de Qualidade do CRN-2

O Selo de Qualidade: “Aqui tem nutricionista” já foi entregue a 35 estabelecimentos comerciais do Rio Grande do Sul, contemplando restaurantes, cantinas escolares, padarias e confeitarias, as quais cumprem com as normas que resultem em uma refeição segura e de qualidade. O local a ser certificado pelo CRN-2 precisará ter nutricionista, profissional habilitado para promover controle

das condições higiênico-sanitárias da refeição servida, desde o fornecimento da matéria-prima até o seu consumo, como armazenamento, conservação, manipulação e distribuição.

Os restaurantes comerciais que tiverem interesse em aderir ao Selo de Qualidade, precisam solicitar para o Conselho, acessando o portal: www.crn2.org.br.

Veja, na fotos, estabelecimentos que receberam o selo em 2017.



Novo Código de Ética do Nutricionista: construção coletiva

A construção do novo Código de Ética do Nutricionista está em fase de finalização. O processo iniciou no final do ano de 2014 e passou por diversas etapas, sempre buscando contribuições dos nutricionistas. Para organizar este processo, o Conselho Federal de Nutricionistas (CFN) criou uma Comissão Especial do Código de Ética dos Nutricionistas (Cecet/CFN), formada por colaboradores e conselheiros representantes do Sistema CFN/CRNs.

A primeira fase foi composta por duas consultas coletivas à categoria via software de pesquisa online, e teve como finalidade avaliar o “perfil do nutricionista que temos e o perfil do nutricionista que queremos” e “dez valores necessários para alcançar o perfil do nutricionista que queremos?”

Além das consultas, de 2014 a 2016, as Cecets organizadas pelos Conselhos Regionais, promoveram fóruns nos Estados para debater questões que envolvem dilemas e condutas éticas, com foco na realidade local, no dia a dia da profissão e nas possíveis soluções, em contribuições permanentes. Estes conteúdos foram

compartilhados em Seminários Nacionais (realizados em Brasília), no XXIV CONBRAN (Porto Alegre). O resultado desses momentos foi submetido a nova consulta pública, no início de 2017, com participação de nutricionistas e grupos de estudantes de nutrição de diversos Estados, fortalecendo o processo de construção coletiva aberto pelo CFN. O tema ainda foi debatido no IV Congresso Nacional do Sistema CFN/CRN.

CRN-2

Neste período (2014/2017), o CRN-2 promoveu três Fóruns Regionais e um Encontro com a Categoria, além de 21 reuniões internas da Cecet Regional, os quais tiveram como objetivos receber contribuições e revisar a minuta do Novo Código.

Minuta final do CE

Ocorreu, nos dias 14 e 15 de dezembro, o Encontro do Sistema CFN/CRN, em Brasília, junto com a Comissão Especial do Código de Ética e Conduta dos Nutricionistas (Cecet Nacional). A iniciativa discorreu sobre a pactuação da minuta final do Código de Ética.

Edições do workshop “O nutricionista e sua responsabilidade técnica”

Com o objetivo de esclarecer aos nutricionistas as responsabilidades inerentes à assunção de uma responsabilidade técnica, a Comissão de Fiscalização do CRN-2 promoveu, nos meses de abril, julho, outubro e dezembro, o Workshop

sobre Responsabilidade Técnica.

Porto Alegre sediou três edições, nos dias 5/4, 26/7 (foto à direita) e 7/12. O III Workshop foi realizado em Santa Maria, integrando o projeto “O Conselho mais perto de Você” (matéria na página 23).



Congresso do Sistema CFN/CRN

Destaque para o debate de estratégias internas de planejamento e gestão

O IV Congresso Nacional do Sistema CFN/CRN, realizado de 18 a 21 de julho, reuniu aproximadamente 300 participantes que debateram “A gestão integrada do Sistema frente aos desafios da contemporaneidade”. Integraram a iniciativa conselheiros e funcionários (das áreas administrativa, financeira, de fiscalização e de comunicação) do Sistema, além de representantes das Instituições de Ensino Superior, de movimento estudantil e convidados.

A programação do congresso promoveu a reflexão sobre diversos assuntos, contribuindo para

que os componentes do Sistema CFN/CRN discutissem questões relacionadas à sua forma de atuação, bem como às estratégias e condutas adotadas para o melhor desempenho nas áreas de fiscalização, comunicação, ética, normatização e disciplina da profissão associadas aos atuais aspectos sociais, políticos e econômicos do País.

Além das discussões, o encontro oportunizou maior integração entre o corpo técnico, colaboradores, representantes dos conselhos,



gestores das políticas públicas e todos os convidados, propiciando o alinhamento de estratégias para a consolidação do Sistema CFN/CRN.

Ao final do evento, os participantes aprovaram a Carta Aberta à Sociedade Brasileira.

III Encontro Nacional de Formação Profissional

Refletir o hoje para aprimorar o amanhã.

Contribuir para a melhoria da qualidade do processo formativo do corpo discente, com enfoque nas competências a serem priorizadas e desenvolvidas conforme as diretrizes curriculares da educação superior em Nutrição foi a proposta do III Encontro Nacional de Formação Profissional (ENFP), promovido pelo Sistema Conselhos Federal e Regionais de Nutricionistas, em Brasília, nos dias 15 e 16 de setembro.

Foi um momento que estudantes, professores, coordenadores de cursos e conselheiros das Comissões de Formação Profissional do Sistema CFN/CRN debateram questões que podem ditar as características almejadas ao novo profissional da área: uma formação voltada à promoção da saúde e das políticas públicas de alimentação e nutrição.

O secretário de Regulação e Supervisão da Educação Superior do Ministério da Educação (Seres/MEC), Henrique Sartori, participou do evento e convidou conse-

lheiros do CFN para integrar uma força-tarefa, a ser liderada pelo ministério, a fim de intensificar ações e visitas de monitoramento dos cursos de Nutrição oferecidos pelas universidades

O CFN alertou sobre a necessidade de uma maior afinização entre o conselho e o MEC, bem quanto ao debate referente à educação a distância (EaD) na área de Saúde, da qual o conselho se posiciona contra a implementação nos moldes como posto pela pasta.

Competências da formação

A Comissão de Avaliadores do Conselho Federal de Nutricionistas (CFN) apresentou um histórico das atividades desenvolvidas pela Comissão, instituída em 2010, a partir de um termo de cooperação firmado pelo CFN e o MEC para prestar colaboração técnica junto à SERES/MEC. A Comissão tem a tarefa de avaliar os cursos de Nu-



trição em sessenta dias após serem liberados no sistema e-MEC, que é a base de dados oficial e única de informações relativas às Instituições de Educação Superior (IES) e cursos de graduação do Sistema Federal de Ensino.

Os dados do cadastro e-MEC devem guardar conformidade com os atos autorizativos das instituições e cursos de educação superior, editados com base nos processos regulatórios competentes. (Portaria Normativa MEC nº 40/2007).

Também foram debatidos, durante o Seminário, pontos relativos a organização curricular, Código de Ética, valorização e praxis do nutricionista.

Comissão de Fiscalização

Denúncias recebidas pela fiscalização

A Comissão de Fiscalização (CF) é responsável pelo cumprimento das diretrizes que norteiam as ações do Conselho Regional de Nutricionistas para a efetiva atuação da sua equipe técnica de fiscais, tanto nas atividades internas como nas externas, pautadas na Política Nacional de Fiscalização (PNF). Trabalhando juntamente com o Setor de Fiscalização, planeja, define e acompanha as ações, para que estas sejam efetivas e abrangentes junto às Pessoas Jurídicas registradas e cadastradas no CRN2.

O Setor de Fiscalização é o local que recebe denúncias referentes à inexistência de nutricionistas em empresas obrigadas por lei a ter esse profissional e de pessoas em exercício ilegal da profissão. As principais denúncias recebidas tratam sobre a ausência de Responsável Técnico, quadro técnico insuficiente, exercício ilegal da profissão de nutricionista por outros profissionais, leigos, acadêmicos e bacharéis em nutrição atuando sem o registro no CRN-2.

Todas as denúncias de exercício ilegal devem ser encaminhadas com evidências das irregularida-

des (atendendo ao que determina a Lei 84.444, artigo 53, parágrafo 5º) para que o Setor e a Comissão de Fiscalização possam conduzir os destinos legais. Os Conselhos Profissionais são órgãos que fiscalizam, julgam e aplicam as penalidades, entretanto são impe-



didados por lei de constituir provas, por esta razão se faz necessário sempre que as denúncias sejam acompanhadas das devidas comprovações.

No caso de o CRN-2 receber denúncia contra pessoas leigas exercendo atividades privativas do nutricionista, o processo é encaminhado ao Ministério Público ou órgãos de Defesa do Consumidor. Para àquelas que exercem profissões regulamentadas, as denúncias apuradas são encaminhadas para

os seus respectivos conselhos profissionais. Nos dois casos, uma vez encaminhados os processos, o CRN-2 não tem mais ingerência do desfecho do mesmo. Também poderão ter seus processos encaminhados aos órgãos já mencionados, acadêmicos e bacharéis de Nutrição, sem habilitação legal, que forem encontrados ou denunciados exercendo a profissão.

O CRN-2 pode somente julgar e aplicar sanções/multas em processo originados de denúncias que envolvam nutricionistas ou Pessoas Jurídicas registradas ou cadastradas no Conselho.

As denúncias e as provas podem ser encaminhadas via portal do CRN-2, link: <http://www.crn2.org.br/crn2/portal/denuncia.php>.

Acompanhamento de denúncias

Quando uma denúncia é recebida, o autor da mesma, que se identifica e informa seu e-mail, recebe o número de protocolo, com o qual pode acompanhar o andamento da investigação e os devidos encaminhamentos.

Comissão de Formação Profissional

Encontros Temáticos com as IES



A Comissão de Formação Profissional do CRN-2 promoveu, nos meses de junho e agosto, encontros temáticos com as Instituições de Ensino Superior (IES).

A primeira iniciativa, realizada no dia 2/6, teve como tema a Resolução do CFN 418/2008, que dispõe sobre a responsabilidade do nutricionista quanto às atividades desenvolvidas por estagiários de Nutrição. Integraram a reunião representantes

das IES: UCS, Unilasalle, Unisinos, Feevale, IPA, Uniritter e Fadersg.

Em 11/8, o segundo encontro pautou as discussões e estudo do tema "Competências do Nutricionista" e orientações nas novas propostas curriculares.

Participaram da atividade, conselheiros do CRN-2 e representantes da Associação Brasileira de Educação em Nutrição (ABENUT) e da Univates.

Postagens de fotos em redes sociais



Facebook, Instagram e outros meios virtuais possibilitam a divulgação de todo tipo de informações. Fotos, vídeos, memes, cartoons, mangás, gifs animados fazem parte de maneira fluida e transitória de cada perfil individual destas plataformas interativas. Uma imagem pode ser compartilhada, replicada, encaminhada, difundida, e situações individuais são coletivizadas rapidamente.

As redes sociais têm a peculiaridade de permitir que as postagens possam ser desvinculadas de seu autor e contexto original. Uma foto pode chamar atenção, por algum detalhe na imagem corporal, estilo de roupa, cabelo etc., e a pessoa passar a ser vítima de "cyberbullying", sofrendo constrangimento e sofrimento psíquico. Este é apenas um exemplo, de muitos sobre consequências prejudiciais que podem ocorrer por na postagem de imagens.

A orientação ética referente a exposição de imagem tem sido debatida desde a década de 70 e precisa ser discutida e aprofundada a luz dos princípios da bioética estabelecidos pela Declaração Universal sobre Bioética e Direitos Humanos (DUBDH/2005) da ONU para a Educação, Ciência e Cultura (UNESCO). Este documento construiu a agenda da bioética do século XXI e constituiu-se em uma ferramenta de apoio para reflexão sobre os temas afins, considerando que os princípios fundamentais devem ser respeitados e aplicados nas tomadas de decisões e nas práticas desenvolvidas por todos aqueles profissionais a quem ela é dirigida, considerando em seu contexto "o ser humano como agente moral,

social, cultural e político".

O documento enfatiza que os princípios da DUBDH devem ser utilizados em sua totalidade e compreendidos como complementares e inter-relacionados. Cada princípio deve ser interpretado no contexto dos demais, de forma pertinente e adequada a cada circunstância, ressaltando que a dignidade humana e direitos humanos, e as liberdades fundamentais devem ser totalmente respeitados.

A privacidade das pessoas, que por serem pacientes, encontram-se em situação de vulnerabilidade, deve ser respeitada, e imagens e a confidencialidade de dados deve ser protegida pelo Estado, protocolos e pelos Códigos de Ética das profissões. As pessoas devem ser consideradas como sujeitos e não como objetos, como portadoras de dignidade e não de preço.

"A privacidade dos indivíduos

...é vedado ao nutricionista "Aproveitar-se de situação decorrente da relação entre nutricionista e cliente para obter qualquer tipo de vantagem".

Código de Ética - Art. 7, item XV

envolvidos e a confidencialidade de suas informações devem ser respeitadas. Com esforço máximo possível de proteção, tais informações não devem ser usadas ou reveladas para outros propósitos que não aqueles para os quais foram coletadas ou consentidas, em consonância com o direito internacional, em particular com a legislação internacional sobre direitos humanos."

A solicitação para a permissão de divulgação de imagem ou dados do paciente é valer-se da condição de vulnerabilidade do paciente para autopromoção. Encontra-se no Capítulo IV, DA RESPONSABILIDADE

SEJA ÉTICO

Não divulgue fotos de seus pacientes

Consulte o Código de Ética do Nutricionista
Art. 22

Informações: crn2@cm2.org.br

CRN2



LIDADE PROFISSIONAL, Artigo 7 - item XV, que é vedado ao nutricionista "Aproveitar-se de situação decorrente da relação entre nutricionista e cliente para obter qualquer tipo de vantagem".

"O reconhecimento da dignidade das pessoas é o fundamento moral da ética e do direito: que obriga a considerar a pessoa sempre como fim em si mesma, e nunca como meio; estabelece a inviolabilidade da pessoa assegurando sua idoneidade tanto na fase externa (saúde, integridade, biopsicossocial) como interna (privacidade e confidencialidade)" DUBDH-2005

É necessário que as instituições coloquem em suas agendas atividades que propiciem a reflexão e o debate sobre o significado do sigilo, autonomia, privacidade e confidencialidade das informações e imagens dos pacientes. Os preceitos éticos devem ter na Declaração Universal sobre Bioética e Direitos Humanos os elementos primordiais para uma formação profissional ética abrangente e transversal em todas áreas de atuação.

Referências Bibliográficas

- UNESCO. Declaração Universal sobre Bioética e Direitos Humanos da Unesco. Tradução: Tapajós A, Prado MM, Garrafa V ed. Brasília: Cátedra UNESCO de Bioética; 2005. 48. Bauman Z, Don
- Redes sociais, privacidade, confidencialidade e ética: a exposição de imagens de pacientes no facebook Leandro Brambilla Martorell(a) Wanderson Flor do Nascimento(b) Volnei Garrafa(c)
- Bauman Z. Entrevista com o filósofo polonês Zygmunt Bauman <http://www.fronteiras.com/entrevistas/a-fluidez-do-mundo-liquido-de-zygmunt-bauman>



O Conselho Regional de
Nutricionistas 2ª Região
deseja a todos um
FELIZ NATAL

e que
2018 seja repleto
de alegrias e
conquistas