

Revista CRN 2

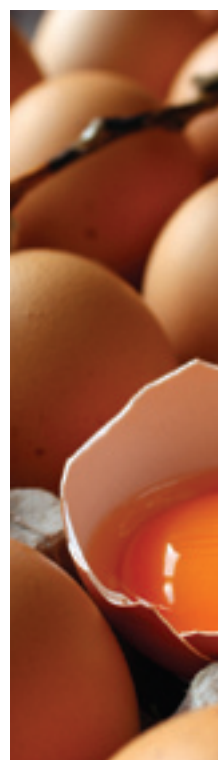
CONSELHO REGIONAL DE
NUTRICIONISTAS - 2ª REGIÃO
Edição nº 28 - janeiro/abril 2012

Impresso
Especial

9912276817/11 - DR/RS
CRN-2

---CORREIOS---

Fechamento Autorizado
Pode ser aberto pela ECT



Nutrição na PRÁTICA ESPORTIVA



Índice

Especial



Nutrição em Esportes 4



Entrevista
Educação nutricional do atleta 5



Suplementos
Consumo inadequado pode trazer riscos à saúde 6



Áreas da nutrição em esporte
Atuação de nutricionistas em diferentes segmentos 8



Atuação conjunta
Interação com o profissional de educação física 10

CRN-2 em ação

Prestação de contas 2011 11

Promoções inéditas para 2012 12

Comissões do CRN-2

Aspectos legais, éticos e técnicos da atuação profissional 14

Alimentação adequada na prática de atividade física

O Brasil sediará, em breve, dois grandes eventos esportivos: Copa do Mundo 2014 e Olimpíadas 2016. Momentos de destaque como esses evidenciam a necessidade de participação de uma série de profissionais na busca da melhora da performance dos atletas.

E com o nutricionista não é diferente.

É consenso no meio esportivo que, para melhores resultados e sucesso, além de muito treinamento e condicionamento físico, uma conduta nutricional especificamente adequada é condição necessária. É notório que grandes equipes sempre são acompanhadas de seus nutricionistas nas competições a que concorrem.

Com uma maior divulgação dessa relação saudável para o desempenho, o espaço para a atuação do nutricionista em esportes vem se fortalecendo e ampliando a cada dia, em atletas de elite, de esportes de competição e para praticantes habituais ou ocasionais de atividades físicas.

A suplementação nutricional para os praticantes de atividade física, quando necessária, requer formação profissional para reconhecer a verdadeira necessidade de cada nutriente individualmente. O nutricionista é o profissional legalmente habilitado para a prescrição de suplementos nutricionais.

Sabendo da importância desse tema, a Revista do CRN-2 conversou com nutricionistas de diversos segmentos esportivos, com atletas profissionais, com setores de fiscalização, na busca de informações para a nossa categoria.

Destacamos, também, as premiações do CRN-2 para 2012. Além da quarta edição do Prêmio Maria de Lourdes Hirschland e da segunda do Slogan Premiado, o Regional concederá o inédito Prêmio Destaque Científico ao Técnico em Nutrição e Dietética.

Divulgamos, ainda, o lançamento da Campanha do Sistema CFN/CRNs para 2012: Alimentação fora do Lar.

Mantendo a tradição de transparência na gestão, apresentamos a prestação de contas de 2011.

Boa leitura!

Carmem Kieling Franco
CRN-2 2358
Presidente

Expediente

Revista nº 28 jan-abr 2012 | Gestão 2010 - 2013

Diretoria: Presidente: Carmem Kieling Franco CRN-2 2358
Tesoureira: Lúcia Helena de L. Carraro CRN-2 0631
Secretária: Luísa R. Castro CRN-2 4419

Conselheiros efetivos

Carla Elizabeth Heuser Vencato CRN-2 0687
Carmem Kieling Franco CRN-2 2358
Caroline Ayres CRN-2 6806
Cleusa Maria de Almeida Mendes CRN-2 0187
Gabriel de Carvalho CRN-2 3945
Lúcia Helena de Lima Carraro CRN-2 0631
Luísa Rihl Castro CRN-2 4419
Sandra dos Reis Pinho CRN-2 2626

Conselheiros suplentes

Cristina Fabian Gregoletto CRN-2 5504
Eliziane Ruiz CRN-2 6094
Janaina Sbroglio CRN-2 4029
Kátia Ronise Rospide CRN-2 1512
Luciano Lepper CRN-2 5961
Rosângela Lengler CRN-2 1696
Rosângela Parmigiani da Silva CRN-2 1514
Samanta Winck Madruga CRN-2 6759

Conselho Editorial: Carla H. Vencato, Caroline Ayres, Carlos Antonio da Silva, Gabriel de Carvalho, Kátia Rospide e Rosângela Lengler
Jornalista responsável: Janice Benck, RT 7376
Estagiária em jornalismo: Evelin Peitz
Fotos: Assessoria de Comunicação e Stock. XCHNG <http://www.sxc.hu/>
Editoração: Lavoro Comunicação e Marketing
Impressão: Gráfica RJR
Tiragem: 7.500 exemplares

Conselho Regional de Nutricionistas 2ª Região | Av. Taquara, 586/503, Porto Alegre, RS CEP 90460-210
Fone/Fax: (51) 3330-9324 | E-mail: crn2@crn2.org.br | www.crn2.org.br

Falando em Nutrição

João Derly: o corpo é o instrumento do atleta

O judoca João Derly, que soma em sua bagagem inúmeras medalhas, com destaque para duas vitórias em Campeonatos Mundiais de Judô (2005 e 2007), concedeu uma entrevista para a revista do CRN-2 sobre a importância do nutricionista na vida de um atleta. Ele salienta que uma dieta apropriada pode interferir no rendimento, alterando o resultado da competição. "Corpo e mente saudáveis podem fazer a diferença do primeiro ao quinto lugar". Derly ressalta que o atleta, durante treinos e provas, deve ficar mais centrado nos resultados: "não quero me preocupar com o que preciso comer; a nutricionista é que deve fazer isso, é ela que calcula a dieta, que sabe as necessi-

dades nutricionais, como agir para repor energia mais rapidamente e recuperar para a próxima luta". Após uma sequência de lesões, que o tirou dos Jogos de Londres em 2012, o judoca volta à rotina de treinamento e investe na reeducação alimentar. Derly diz que está em uma fase de recuperação para voltar às competições.



Veja, nesta edição da Revista, matérias sobre Nutrição em Esportes, com entrevista da nutricionista Cintia Carvalho, que acompanha o atleta João Derly (foto).

Nova Gestão no CFN

A eleição dos novos membros do Conselho Federal de Nutricionistas para o triênio 2012/2015 ocorreu no dia 25 de abril. Cada CRN é representado na composição da nova Gestão, pois os conselheiros eleitos para o novo

Plenário têm suas bases de atuação nos regionais. A nova Gestão CFN deve tomar posse no dia 18 de maio, com início do mandato no dia 19.

Acompanhe o pleito:
www.cfn.org.br

Agrotóxico será tema da Rio+20

A conferência das Nações Unidas sobre Desenvolvimento Sustentável, o Rio+20, acontecerá no dia 20 de junho, no Rio de Janeiro. Entre os temas destaca-se "A economia verde no contexto do desenvolvimento sustentável e da erradicação da pobreza." A Associação Brasileira de Pós-Graduação em Saúde Coletiva (Abrasco) coordenará a elaboração de um dossiê sobre as evidên-

cias científicas existentes sobre os impactos do uso de agrotóxicos na saúde humana e nos ecossistemas. A Abrasco tem como meta lançar o documento na Rio+20. O Brasil ocupa, atualmente, o primeiro lugar no consumo de agrotóxicos em todo o mundo.

Informações Rio + 20:
<http://www.rio20.info/2012>.
Informações Abrasco:
<http://www.abrasco.org.br/>

XXII CONBRAN

O XXII Congresso Brasileiro de Nutrição (CONBRAN) ocorrerá entre os dias 26 e 29 de setembro em Recife - PE. O tema desta edição será

Alimentação Adequada e Sustentabilidade Social.

Informações:
www.conbran.com.br e
(81) 3463. 0206

Ato médico

A Comissão de Constituição, Justiça e Cidadania (CCJ), uma das três instâncias do Senado Federal em que um Projeto de Lei precisa ser submetido, aprovou, no dia 08/02, o projeto do Ato Médico, que trata do exercício da Medicina. O texto precisa ainda passar pelas comissões de Educação (CE) e de Assuntos Sociais (CAS) antes de ir a Plenário. O projeto tramitava no congresso há dez anos. O relator, Antônio Carlos Valadares, manteve como atividade privativa dos médicos a "formulação de diagnóstico nosológico",

para determinar a doença, mas retirou essa exclusividade para diagnósticos funcional, psicológico e nutricional, além de avaliação comportamental, sensorial, de capacidade mental e cognitiva. Um aspecto polêmico deste texto se refere à determinação de que apenas médicos podem ocupar cargos de direção e chefia de serviços médicos, ficando aberta a outros profissionais apenas a direção administrativa dos serviços.

Veja mais em:
www.atomediconao.com.br

Missão:

Ser um agente de excelência na orientação e fiscalização do exercício da profissão de Nutricionista e Técnico em Nutrição e Dietética no Estado do Rio Grande do Sul, atuando na promoção da Saúde e do Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA), pautado em princípios éticos e legais que regem a profissão.

Marcas:

- Ampliação do mercado de trabalho
- Descentralização
- Transparência
- Articulação
- Inclusão do Técnico em Nutrição e Dietética

Valores:

- Ética
- Transparência
- Coerência
- Consciência social, política e ambiental
- Respeito à diversidade

Nutrição em Esportes

Os praticantes de atividade física estão, cada vez mais, conscientes dos benefícios de uma alimentação saudável. Esta harmonia pode ser assegurada pelo nutricionista que atua na Nutrição em Esportes: é ele que detém o conhecimento em nutrição, fisiologia e bioquímica. A promoção da saúde e o aprimoramento na performance e desempenho são os objetivos principais deste segmento. Para tanto, a dieta de esportistas e atletas antes, durante e após exercícios será específica ao esporte praticado, frequência, duração, horários e intensidade dos treinamentos, idade, objetivos e necessidades individuais.

A Nutrição em Esportes, segundo a Resolução CFN nº 380/2005, é definida como área de atuação do nutricionista e envolve as atividades relacionadas à alimentação e à nutrição em academias, clubes esportivos e similares. Entre suas competências estão a prestação de assistência e treinamento especializado em alimentação e nutrição, a prescrição de suplementos nutricionais necessários à complementação da dieta e a solicitação de exames laboratoriais necessários ao acompanhamento dietético.

Esta área teve um grande crescimento na última década. Segundo a pesquisa "Inserção Profissional do Nutricionista no Brasil", realizada pelo CFN em 2005, dos 2.974 profissionais que responderam à pesquisa, apenas 4,1% atuavam em nutrição esportiva em todo o país. Apesar de não existirem dados oficiais recentes para comparações, é notório que o exercício profissional nesta área vem aumentando consideravelmente. Consultas realizadas com nutricionistas e Instituições de Ensino Superior (IES) pelo CRN-2, entre os meses de fevereiro e março de 2012, mostram um pouco esta mudança (conforme quadro abaixo).

Responsabilidades com as legislações

Os nutricionistas que atuam na Nutrição em Esportes devem observar algumas legislações relevantes a sua prática clínica.

Em 2005, a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) aprovou o regulamento técnico de Ingestão Dietética de Referência (IDR), traduzida de Dietary Reference Intake (DRI), através da Resolução da Diretoria Colegiada (RDC) nº 269. Esta define a IDR como "a quantidade de proteína, vitaminas e minerais que deve ser consumida diariamente para atender às necessidades nutricionais da maior parte dos indivíduos e grupos de pessoas de uma população sadia".

Destaca-se, também, a RDC nº 18/2010, que aprovou o Regulamento Técnico sobre Alimentos para Atletas, com o objetivo de estabelecer a classificação, a designação, os requisitos de composição e de rotulagem destes alimentos.

Diversas outras legislações precisam ser de conhecimento dos profissionais, como a resolução do CFN 390/2006, que regulamenta a prescrição de suplementos pelo nutricionista; e a Portaria 40/1998 da ANVISA, que estabelece normas para Níveis de Dosagens Diárias de Vitaminas e Minerais em Medicamentos.

Atuação em Nutrição em Esportes

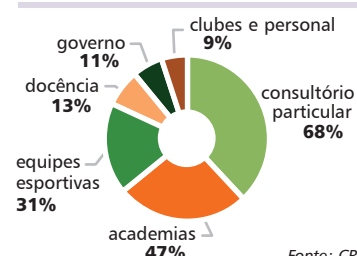
Responderam à consulta (enviada pelo Boletim do CRN-2), 44 nutricionistas. É importante destacar que, nos dados a seguir, a maioria atua em mais de um local e em mais de um segmento esportivo.

As especializações e pós-graduações mostram-se importante para estes profissionais: 16 nutricionis-

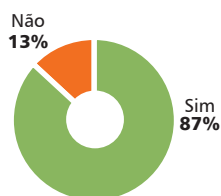
tas possuem especialização, 5 têm mestrado e, destes, 3 são doutores.

As modalidades em que nutricionistas estão inseridos são bem diversificadas. As que mais aparecem são esportes realizados em academias (61%), maratona (18%), ciclismo e futebol (15%), triatlo (11%), fisiculturismo e lutas (9%).

Segmentos de atuação do nutricionista



IES com disciplina em Nutrição em Esportes



IES investem em formação na área

As Instituições de Ensino Superior (IES) que formam nutricionistas, atentas ao mercado, também estão investindo neste segmento da Nutrição. Todas as 23 IES do estado participaram da consulta. Em 13%, a nutrição esportiva está contemplada apenas em outros

conteúdos programáticos. No entanto, 87% têm disciplina ligada diretamente ao Esporte, sendo que, destas, 5 têm carga horária de 60 horas, 10 de 30 horas e 3 de 45 horas. Das 23 Instituições pesquisadas, 57% desenvolvem algum projeto prático nesta área.

Nutrição contribui para o sucesso do atleta

Responsável pela orientação nutricional de atletas de alto rendimento, como o grande judoca João Derly e uma equipe de futebol, a nutricionista Cintia Scheunemann Carvalho, CRN-2 8970, sempre foi apaixonada por esporte e praticante de atividades físicas. Ela destaca que é o nutricionista que vai promover a educação nutricional, sistemática e repetida, a fim de fazer o atleta compreender as trocas na sua rotina alimentar. “A Nutrição em Esporte deve sempre priorizar reserva, recuperação energética e hidratação suficiente para a otimização do trabalho físico que vai contribuir para o sucesso desportivo.”



CRN-2: *Quais os maiores benefícios, para o atleta, de uma alimentação adequada?*

Cintia: Considerando as características genéticas, a nutrição contribui para que o atleta responda às exigências da modalidade, evitando lesões, alcançando índices e vitórias e promovendo saúde.

Qual o teu trabalho na manutenção ou alteração de peso das diferentes categorias de luta? Quais as maiores dificuldades?

O trabalho é individualizado, baseado em deficiências de determinadas valências físicas (força, potência, resistência, percentual de massa magra ou massa gorda), geralmente apontadas pelo preparador físico ou treinador. A maior dificuldade é acabar com a cultura da desidratação ou redução drástica de peso corporal a qualquer custo nos dias que antecedem as competições.



Qual a importância da suplementação para o atleta profissional?

Visa à recuperação energética e de micronutrientes de forma mais rápida, quando o período entre os treinos e/ou competições não é suficiente.

Em um período de provas, em que o atleta tem dificuldades com a alimentação, qual a atuação do nutricionista?

Estudamos e avaliamos os locais onde acontecem as provas, se terão alimentos disponíveis e se possuem uma adequada estrutura que garanta a segurança alimentar. Então, combinamos a necessidade da suplementação a ser utilizada. Os atletas adaptam-se ao uso de suplementos nos treinamentos, jamais iniciam na competição.

Quais os problemas com o uso exagerado de suplemento? Pode ser acusado em exame antidoping?

Os suplementos nutricionais, via de regra, não deveriam representar doping por serem derivados de fontes alimentares. Alguns suplementos que já estiveram listados como doping estão liberados, porém com controle, como a cafeína. Tais produtos em excesso, mesmo que não caiam no doping, podem provocar problemas de saúde, que certamente irão comprometer o rendimento desportivo. O cuidado deve ser redobrado com

produtos de venda proibida, pois, além de colocar a saúde em risco, podem prejudicar a participação de um atleta numa competição. Já tivemos casos de produtos contaminados com substâncias proibidas e, é claro, não estavam descritas no rótulo pelo fabricante.

A nutrição adequada e/ou suplementos podem prevenir lesões? Por quê?

Cada vez mais estudos, bem delineados, estão sendo feitos para responder a esta questão. É sabido que o aumento do estresse oxidativo é inerente à prática de exercícios, que se não revertido pode antecipar o processo de fadiga, aumentar o aparecimento de lesões musculares e propiciar redução da função imunológica. Não há dúvida que existe uma adaptação orgânica do sistema antioxidante endógeno ao exercício continuado, equilibrando o estresse oxidativo gerado. Entretanto, o sistema antioxidante do organismo depende de nutrientes para adaptar-se, incluindo minerais, vitaminas, polifenóis e carotenos. Muitos destes nutrientes estão presentes em alimentos de origem vegetal e integrais que são pouco consumidos por atletas em geral, e aí está o problema: a quantidade destes nutrientes fundamentais à adaptação do corpo pode estar em deficiência, levando aos problemas citados.

Suplementos podem gerar riscos à saúde

Melhorar o desempenho físico e atingir objetivos em curto prazo têm levado praticantes de atividade física à utilização de suplementos nutricionais sem o acompanhamento de profissionais habilitados, portanto, sem o conhecimento da quantidade de nutrientes que devem consumir para a modalidade e oca-

sião específicas. O grande número de produtos disponíveis no mercado, o fácil acesso aos mesmos, aliados ao estímulo de consumo dentro de academias e à influência da mídia, também são fatores que merecem atenção. Nutricionistas da área esportiva, como Tatiana Ederich Lehnen, CRN-2 10497, e Rafael Longhi de Barros, CRN-2 6342,

destacam que o consumo inadequado de suplementos pode trazer riscos à saúde, como engordar ou sobrecarregar rins e outros órgãos. Alertam, ainda, sobre produtos irregulares que possuem fármacos em sua composição, podendo alterar funções fisiológicas, cardiorrespiratória e no sistema simpático e parassimpático.

Cuidados na indicação de suplementos

O grande desgaste físico durante treinamentos e competições gera uma necessidade energética e nutricional específica, fazendo com que atletas e desportistas sejam os maiores consumidores de suplementos. Tatiana, que também é profissional de Educação Física, explica que estes produtos agem no organismo retardando ou reparando alguns danos teciduais causados pelo exercício

físico. Ela ressalta que o uso de suplementos pelos atletas pode retardar a fadiga muscular e repor estoques de substratos depletados pelo organismo durante o exercício intenso ou prolongado, melhorando, conseqüentemente, o rendimento em longo prazo. A ação pode depender de diferentes fatores, como o tipo de suplemento e a carga de treino, afirma Rafael. Ele cita como exemplo o Whey Protein, salientando que, dependendo da hora de utilização, esse suplemento pode ser anabólico ou catabólico. "O que o nutricionista deve fazer é organizar o plano alimentar do desportista segundo as variações hormonais ao longo do dia, principalmente pensando em insulina e glucagon; tendo esse conhecimento bioquímico, poderá manipular respostas de ganho ou de perda de peso em seu atleta, a

partir das variações estimuladas pela dieta ou pelo treino."

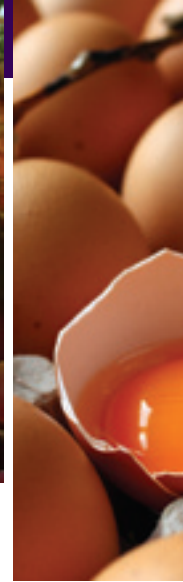
A indicação do suplemento deve ocorrer quando a alimentação habitual não consegue suprir todos os nutrientes necessários à pessoa ou esta tiver alguma deficiência. Rafael destaca que a avaliação antropométrica e a análise bioquímica são instrumentos imprescindíveis para fundamentar a prescrição e mostrar resultados positivos da terapia nutricional. Tatiana complementa lembrando que, antes de prescrever, é importante saber se o suplemento é liberado pela ANVISA, e depois se o uso realmente é necessário, trazendo benefícios para o atleta. "Peço exames laboratoriais e sempre faço um cálculo individualizado das necessidades energéticas



Tatiana: "suplementos agem no organismo retardando ou reparando danos teciduais causados pelo exercício físico".



Suplementos Nutricionais são definidos, conforme Resolução do CFN nº 380/2005, como alimentos que servem para complementar, com calorias e/ou nutrientes, a dieta diária de uma pessoa saudável, em casos em que sua ingestão, a partir da alimentação, seja insuficiente, ou quando a dieta requerer suplementação.



de acordo com o gasto calórico, levando em conta a modalidade, frequência e intensidade de exercício e com uma visão ampla do treinamento físico.”

Novos produtos

O mercado de suplementos é veloz. Novos produtos surgem quase que diariamente. Rafael recomenda a constante especialização dos nutricionistas, o que contribui para estes profissionais não perderem as tendências do mercado. “Produtos hoje permitidos, amanhã podem tornar-se proibidos e vice-versa. Creatina, BCAA, L-carnitina são exemplos dessa variação.”

A velocidade deste mercado também é estimulada pela mídia, assim como o próprio ambiente das academias, conforme analisa o nutricionista: “um recém-ingresso em uma academia observa os “marombados” treinando e todos suplementando. O nutricionista tem que falar com segurança, conhecimento de causa e ter bons argumentos para convencê-lo de que o melhor ainda é a alimentação saudável”.

Uma conduta que tem preocupado os nutricionistas é a indicação de suplementos por profissionais não habilitados. A RDC da ANVISA nº 18/2010, que aprovou o regulamento técnico sobre alimentos para atletas, define que o consumo dos suplementos previstos na legislação deve ser orientado por nutricionistas ou médicos. Tatiana sugere uma abordagem multidisciplinar, principalmente com os profissionais de educação física, que, a partir de uma relação de confiança e respeito, podem informar a seus alunos que o nutricionista é o profissional indicado para a orientação de dieta específica, manutenção da saúde e otimização do rendimento. Também destaca a necessidade de conscientização dos vendedores de suplementos alimentares, “são os que mais recomendam desnecessariamente o uso destas substâncias”.

Os dois nutricionistas lembram que a “tríade do sucesso”, ou seja, os pontos principais para um bom rendimento - treinamento, alimentação e descanso – estão sendo esquecidos para dar lugar ao “milagre” e às falsas promessas do corpo perfeito através da suplementação.

consumidores. Ele informa que as ações da instituição são priorizadas levando em conta os dados epidemiológicos coletados ao longo dos anos com investigações de surtos de Doenças Transmitidas por Alimentos (DTAs). “Este segmento, especificamente, não teve até hoje nenhuma ocorrência de agravo à saúde pública no nosso município.” Paulo salienta, entretanto, que o número limitado de servidores é o principal problema para conseguir fiscalizar todo o comércio de alimentos de Porto Alegre.

Tatiana Ederich Lehnen é Especialista em Fisiologia do Exercício e Mestre em Endocrinologia – Faculdade de Medicina – PPG / UFRGS.

Rafael Longhi de Barros é Doutorando em Bioquímica – UFRGS. Título da Especialização em Fisiologia do Exercício.



Fiscalização

Os estabelecimentos que comercializam suplementos são fiscalizados pela Vigilância Sanitária (VISA) dos municípios. O médico veterinário Paulo Antonio da Costa Casa Nova, chefe da Equipe de Alimentos da VISA Porto Alegre, alerta que a fiscalização é realizada por solicitação de alvará sanitário e/ou por denúncia ou reclamação de



Rafael: “a avaliação antropométrica e análise bioquímica são instrumentos imprescindíveis para fundamentar a prescrição”.

A diversidade de atuação



Qual a importância do nutricionista para a saúde do atleta e do desportista? E na orientação da suplementação? O desempenho do atleta sofre influência de uma alimentação adequada? Quais as habilidades requeridas a este profissional? Estas e outras questões fazem parte da rotina de trabalho dos profissionais que atuam em Nutrição em Esportes. A Revista do CRN-2 conversou com algumas nutricionistas e aponta, nos textos abaixo, conteúdos de destaques de cada uma delas.

Público com objetivos focados



Débora Vargas*,
CRN-2 3864

“A Nutrição em Esporte é uma especialidade da área da saúde que se caracteriza por estudar os efeitos do nutriente (agente) e do movimento (sistema músculo esquelético), na saúde e na doença. O especialista em exercícios deve reconhecer a importância de uma nutrição adequada e deve avaliar, de maneira crítica, a validade das reivindicações acerca dos suplementos alimentares e das diretrizes dietéticas no sentido de aprimorar o desempenho físico.

O perfil deste público - atletas e desportistas - é de indivíduos saudáveis, extremamente disciplinados e focados no objetivo, que é competir e vencer. Não encontro dificuldades nas prescrições alimentares, nos tipos de dietas e horários com os atletas. Os desportistas, estes sim, muitas vezes, têm objetivos de cur-

to prazo, como por exemplo, a perda de peso. São ansiosos e têm pressa por resultados.

Uma alimentação pobre em nutrientes pode acarretar uma queda no desempenho atlético. O déficit nutricional crônico, o balanço energético negativo, a depleção de glicogênio e a carência de vitaminas e minerais estão dentre os fatores que contribuem para a deterioração da condição física pelo *overtraining*. A insuficiência de ingestão calórica é mais danosa ao metabolismo protéico-calórico do atleta do que o consumo energético de uma sessão de treino ou competição isoladamente.”

** Atua em consultório, academia, clínica estética e junto a equipes esportivas. Especialização “Efeitos ergogênicos da cafeína pré-exercício”.*

Suplemento é uma ferramenta do nutricionista



Darliane Fagundes*,
CRN-2 4093

“Trabalho com várias modalidades, e cada uma apresenta especificidades, com recomendações diferentes. Os horários de alimentação dos atletas variam entre 1 hora e 30 minutos antes, conforme o volume e tipo de prova ou treino. Vale a regra de ouro: “nem estômago vazio e nem estômago cheio...”. O tipo de alimento antes é muito importante, principalmente quando falamos de carboidratos (alto e baixo índice glicêmico). E após, a reposição deve ser realizada de 30 minutos a 1 hora (no máximo), dependendo das condições do atleta.

O suplemento é uma ferramenta do nutricionista, devendo ser utilizado somente após avaliação nutricional criteriosa, um acompanhamento de rendimento e de composição corporal. Atualmente, quando falamos em alto rendimento, depen-

dendo da modalidade, não vejo a nutrição esportiva sem o uso de algum suplemento. Segundo as Diretrizes da Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte, tem sido observado no Brasil um uso abusivo de suplementos alimentares e, com isso, complicações de saúde do atleta (distúrbios do sono, aumento de pressão arterial, frequência cardíaca, tremores, cefaleia). Com o objetivo de contribuir para a saúde do atleta, também temos estudado os alimentos funcionais e seus benefícios na prática esportiva.”

** Atua em clube esportivo, com equipe multidisciplinar, na orientação nutricional de atletas amadores, profissionais e com índices olímpicos. É orientadora de Estágio em Nutrição Esportiva. Pós-graduada em Pedagogias do Corpo e da Saúde (UFRGS) e Especialista em Nutrição e Treinamento físico (UNISINOS).*

na Nutrição em Esportes

Nutricionista deve conhecer fisiologia do exercício

“O nutricionista que for atuar na área esportiva deve estudar a fisiologia do exercício e se apropriar dos conhecimentos da área da educação física. Deve procurar conversar com técnicos e treinadores para entender as características da modalidade esportiva e, se possível, assistir a sessão de treino e/ou competição do esporte em que for trabalhar.

É importante destacar que, assim como o atleta precisa treinar conforme a planilha elaborada por seu treinador, precisa se alimentar de acordo com as demandas desta planilha de treino. E o nutricionista é o profissional capaz de traduzir as recomendações científicas em alimentos pré, durante e pós-exercício.

As consequências de uma alimentação po-

bre em nutrientes são rapidamente sentidas no desempenho do atleta, em especial se for deficiência de energia e/ou carboidratos. Muitas vezes, a “rádio atleta” (aquela informação que corre entre os atletas) dá mensagens erradas; em especial aos iniciantes na modalidade, que estão ávidos a repetir tudo o que o atleta de sucesso conquistou. Importante reforçar que a dieta é individualizada (conforme biotipo, objetivo do atleta dependendo da fase de treinamento, capacidade digestiva, etc), e o que funciona para um não necessariamente funcionará para o outro.”

** É professora universitária e trabalha em consultório particular. Mestrado e doutorado no PPG - Ciências do Movimento Humano da Escola de Educação Física da UFRGS.*



Cláudia Dornelles Schneider*, CRN-2 1942

Plano de competição para atletas em viagens

“É muito importante que o nutricionista esportivo saiba sobre as modalidades de seus pacientes e os detalhes da sua prática. Se possível, praticar ao menos uma vez. Isto para que ele possa saber exatamente quais são os estímulos exercidos pelo esporte, e as principais características (explosão, força, habilidade, jogo de corpo, etc). Com isto, o profissional pode elaborar o melhor plano de alimentação e, se necessário, suplementação (o que é fundamental para atletas de elite e amadores).

Montar esse plano alimentar é como resolver um quebra-cabeça, e as pecinhas que temos que encaixar são a rotina do aluno, seus horários livres, tempo disponível para realizar

refeições, horários e duração de treinamento, preferências alimentares, etc. Com relação aos atletas que viajam para competir, ou para qualquer um que enfrenta campeonatos, eu possuo o “plano de competição”. Neste, são calculadas as calorias necessárias, nutrientes e líquidos. E é fundamental orientar o aluno com relação ao dia seguinte, mesmo sem treino, pois é muito importante manter a quantidade correta de nutrientes circulantes para a recuperação muscular.”

** Atua em academia, clube e junto a equipes esportivas. Especialização “Exercício Físico e Alterações Circadianas” (mestrado em andamento).*



Danielle Milhão*, CRN-2 9290

Pratique Saúde: nutrição esportiva voltada para comunidade

“A nutrição, a atividade física e o bem-estar mental são fatores importantes para se atingir a saúde adequada. Com essas referências, atuamos em um projeto conjunto de nutrição esportiva e saúde coletiva: “Pratique Saúde”, da prefeitura de Passo do Sobrado (1º/4/2011 a 31/3/2012). O objetivo do projeto foi o desenvolvimento de ações voltadas à promoção da prática de atividade física e alimentação saudável, auxiliando na prevenção e agravos frequentes no município como depressão, hipertensão, diabetes e dislipidemias. Todos os participantes passaram por anamnese completa, avaliações médicas com exames laborato-

riais, no início e fim do período.

Dentro deste projeto, a Nutrição foi um dos pilares que compuseram um trabalho bastante ambicioso, no qual se objetivou modificar estilos de vida enraizados na população. A atuação em conjunto com o profissional de Educação Física resultou, também, no aprendizado mútuo característico dos trabalhos multidisciplinares. Dentre as conquistas deste projeto, o mais importante é salientar a melhora considerável do estilo de vida dos participantes, o desempenho e vigor físico.”

** Trabalha em hospital e em atendimento Home Care.*



Magali Bavaresco de Souza*, CRN-2 7039

Esporte e nutrição promovem saúde

A Nutrição em Esportes é um segmento que atua com pessoas que praticam exercícios físicos. O nutricionista orienta o desportista com uma alimentação adequada visando aos resultados propostos em cada caso. A interação do nutricionista com o profissional de educação física pode resultar

na construção de projetos com objetivos comuns a estes e aos atletas. O presidente do Conselho Regional de Educação Física do Rio Grande do Sul (CREF2), Eduardo Merino, destaca a importância do trabalho conjunto dos dois profissionais, ressaltando que a combinação entre exercícios físicos e uma correta

alimentação é fator de promoção da saúde e prevenção de diversas doenças. "O exercício provoca um desequilíbrio no organismo, consumindo nutrientes que devem ser repostos, bem como o corpo estar preparado para o seu rendimento máximo durante a prática das atividades físico-desportivas."

Obesidade preocupa as duas categorias

O Ministério da Saúde, através da pesquisa Vigitel, divulgou, no mês de abril, que o excesso de peso e a obesidade aumentaram no Brasil no período de 2006 a 2011. A proporção de pessoas acima do peso passou de 42,7% para 48,5%, enquanto o percentual de obesos subiu de 11,4% para 15,8% no mesmo período. Porto Alegre lidera as capitais com o maior percentual de adultos com excesso de peso (55%) e em segundo lugar em obesidade (20%).

Os índices de obesidade, aliados ao sedentarismo, são preocupações constantes de órgãos gestores da saúde pública no país e no mundo, lembra o presidente do CREF2, "pois junto com a obesidade existe a ocorrência de outras patologias associadas, como a hipertensão arterial, diabetes e cardiopatias". Para ele, a atuação do nutricionista e do profissional de Educação Física é fundamental na promoção de saúde da população, pois além de trabalhar na reabilitação das doenças já instaladas, eles podem contribuir de modo significativo na prevenção de diversas patologias, principalmente as Doenças Crônicas Não-Transmissíveis (DCNTs)

Prescrição de suplementos

Há uma tendência perigosa em ambientes de prática de atividade física, como as academias, em que a suplementação é indicada por frequentadores e treinadores, sem a orientação do nutricionista para avaliar a real necessidade do uso do produto. A Associação Gaúcha de Nutrição (AGAN) realizou um estudo, de 2005 a 2007, sobre consumo de suplementos alimentares por praticantes de atividade física em academias de Porto Alegre. Participaram 32 academias, com 415 praticantes. Destes frequentadores, 27% consumiam suplementos, e a maioria recebeu indicação dos amigos. Como o uso inadequado de suplementos pode trazer prejuízos à saúde e ao desempenho físico, o estudo conclui que o público precisa ser conscientizado da

necessidade da prescrição ser feita por profissional habilitado.

Outra pesquisa, realizada com frequentadores de academias da capital entre 2005 e 2006, pelas nutricionistas Daniella Machado (CRN-2 7293) e Aline Petter Schneider (CRN-2 4164), com 65 praticantes revelou que 36,9% consumia algum tipo de suplemento. A indicação do produto foi feita por médico em 20% dos casos, por nutricionista em 41%, e 54% optaram por consumir um suplemento através da indicação feita por treinador, professor de educação física, amigos, vendedores de lojas ou por autoindicação. É importante ressaltar que a resposta era de múltipla escolha. As responsáveis por esta pesquisa ressaltam, na conclusão do estudo, a importância da atuação de um profissional nutricionista nas academias de ginástica, para que sejam identificadas as necessidades reais de cada indivíduo, sem excessos, levando em consideração, o sexo, a idade, a alimentação, os objetivos, o tipo de atividade física e a frequência da prática.

Eduardo Merino lembra que o profissional de Educação Física está habilitado a trabalhar com o exercício físico e os esportes, no planejamento, execução e avaliação "Não compete e este profissional a prescrição de dietas e suplementos aos praticantes, e sim ao profissional de Nutrição. A prescrição de dietas por pessoa não habilitada caracteriza-se como exercício ilegal da profissão de nutricionista", alerta Merino.



Eduardo Merino: "O papel da nutrição é essencial para o equilíbrio do organismo frente à demanda originada pela prática do exercício físico".

Prestação de contas 2011

Ações realizadas pelas diretrizes do PAM

A Gestão 2010/2013 do CRN-2, alicerçada em suas propostas de ampliação do mercado de trabalho, de descentralização e transparência das ações e de articu-

lação política, divulga a prestação de contas e o relatório das atividades realizadas no ano de 2011. O objetivo é registrar o balanço contábil e financeiro, as ações de fiscalização

e de ética profissional, a relação do Conselho com outras instituições, a articulação com movimentos políticos, além dos eventos que mobilizaram e divulgaram a profissão.

Gestão

O Seminário de Reavaliação e Acompanhamento das ações do Plano de Ação e Metas (PAM) para 2011 aconteceu em maio, juntamente com o encontro de Responsabilidade Social e Sustentabilidade do CRN-2. Em outubro, foi realizado o Seminário do PAM para 2012.

Interiorização

A descentralização das ações do Conselho para atender às demandas da categoria foi promovida com a realização do "CRN-2 Itinerante". Duas regiões receberam o projeto de interiorização: Litoral (em fevereiro) e Serra (em setembro). Na primeira iniciativa, além de palestras para nutricionistas e gestores, ocorreram ações à beira-mar, com orientação à população. Na Serra, as palestras tematizaram a campanha "Fome, Obesidade, Desperdício: não alimente este problema", resultando em proposição de criação de Grupo de Trabalho. Em novembro, aconteceu, em Santa Rosa, a atividade de encerramento das ações de visitas fiscais do CRN-2 na 14ª Coordenadoria Regional de Saúde do RS (CRS), com a participação de nutricionistas da região e da VISA municipal.

Eventos

Objetivando assegurar o pleno exercício da profissão, o CRN-2 promoveu cinco Sessões Solenes de Entrega de Carteiras de Identidade Profissional a mais de 800 nutricionistas. Para esse momento foi produzido um vídeo institucional. O Conselho esteve presente, ainda, em aulas de disciplinas da graduação.

Visando fortalecer, valorizar e divulgar a profissão, o CRN-2 realizou, em 2011, diversos eventos. Além dos citados anteriormente, destacam-se a campanha do Sistema CFN/CRN "Fome, Obesidade e Desperdício: não

alimente este problema". O CRN-2 iniciou a campanha com a divulgação desta no Dia da Saúde e Nutrição (31/03). Foi tema da Semana do Nutricionista (27/08 a 3/09), com atividades na Usina do Gasômetro, na Expointer, e, em parceria com o Banco de Alimentos, arrecadou mais de 1.300 kg de alimentos em supermercados de quatro municípios gaúchos.

A Semana da Alimentação foi coordenada pelo CRN-2, juntamente com outras instituições, resultando em mais de 300 eventos em todo o RS. Somam-se a estas ações, a criação do site específico, a participação na Tribuna Popular na Câmara dos Vereadores de POA, o lançamento do evento na Assembleia Legislativa RS e a promoção da já tradicional Praça de Segurança Alimentar Nutricional e Sustentável.

Visando a ações de articulação e integração com instituições formadoras, realizou o IV Encontro com as IES, dois Encontros com Docentes e o V Seminário dos Técnicos em Nutrição e Dietética. Em 2011, foi implementada a Câmara Técnica de Formação Profissional.

Comunicação

Foram promovidas diversas iniciativas de fortalecimento da comunicação institucional interna e externa todo CRN-2. Além da edição de três exemplares da Revista do CRN-2, a Comunicação reforçou em 2011, as ações de divulgação da profissão e do CRN-2, resultando em mais de 100 inserções de notícias. Ainda nesta diretriz, foram intensificadas as divulgações no portal, redes sociais e newsletter.

Ações Políticas

O CRN-2 manteve as articulações com movimentos políticos e sociais, fortalecendo as representações nas organizações como: Conselho Mu-

nicipal de Saúde (CMS), Conselho Estadual de Saúde (CES), Fórum Estadual de Segurança Alimentar e Nutricional Sustentável (FESANS), Fórum Nacional dos Conselhos de Profissões Regulamentadas (FOCO), Fórum pela Democratização da Saúde (FPDS). Também representou a categoria no Comitê Gestor Banco Alimentos da CEASA, Conferências SANS – Municipal, Estadual, Federal, Conferências Saúde – Municipal e Estadual e nos Observatórios Sociais.

Fiscalização

A Comissão de Fiscalização realizou 1.430 visitas fiscais. Com o objetivo de conhecer a prática profissional, foram aplicados 373 Roteiros de Visita Técnica (RVTs), distribuídos por: 21% ILPI, 12% Saúde Coletiva, 14% UAN, 20% Alimentação Escolar Pública, 24% Alimentação Escolar Privada e 10% Hospitais. Foram realizadas 94 Ações Orientadoras (AOs) pela Comissão de Fiscalização e instaurado 34 processos Infracionais de pessoa jurídica.

Ética

A Comissão de Ética realizou 38 AOs e instaurou 16 processos disciplinares.

Balanço Financeiro

Receitas: R\$ 1.635.918,43
100,38 % do orçado

Despesas: R\$ 1.540.696,94
94,54% do autorizado

Inscritos no CRN-2 em 2011

6121 nutricionistas,
630 TNDs e 380 PJs

Destaques para premiações em 2012

O troféu Maria de Lourdes Hirschland, o concurso Slogan e o prêmio inédito a ser concedido aos Técnicos em Nutrição e Dietética (TNDs) são ações que movimentarão, em 2012, estudantes e profissionais inscritos no CRN-2.

1º Prêmio Técnico em Nutrição e Dietética

Contemplar todas as categorias envolvidas no Conselho sempre foi uma meta da Gestão 2010/2013. Para alcançar essa inclusão, o CRN-2 lança a primeira edição do Prêmio Destaque Científico ao Técnico em Nutrição e Dietética. O Regional tem como objetivo reconhecer o papel e a atuação dos TNDs com a saúde, qualidade de vida e com questões relacionadas à segurança alimentar.

2º Concurso de Slogan

A 2ª edição do concurso para a criação de Slogan irá premiar uma frase com um tema referente à alimentação e nutrição (a ser divulgado em breve pelo CRN-2). O prêmio será concedido pelo Conselho aos acadêmicos do Curso de Nutrição do Rio Grande do Sul. O Conselho tem entre os objetivos desta iniciativa promover a integração dos universitários com o Regional.

Prazos, regulamento, cronograma e ficha de inscrição serão divulgados em breve no portal www.crn2.org.br



4º Prêmio
Maria de Lourdes
Hirschland
CRN-2
2012

A busca pela saúde e a melhoria da qualidade de vida da população incentivou o Conselho Regional de Nutricionistas 2ª Região (CRN-2) a criar, em 2005, o Prêmio Maria de Lourdes Hirschland, prestando uma homenagem a esta profissional, portadora da carteira CRN-2 nº 0001, que colaborou, de forma expressiva, na construção da história da Nutrição. Esta iniciativa tem como objetivo valorizar e incentivar o nutricionista a produzir e divulgar trabalhos científicos.

Este prêmio, concedido a cada dois anos, contempla trabalhos realizados em três áreas de atuação: Nutrição Clínica, Saúde Coletiva e Alimentos.

A quarta edição concederá ao vencedor de cada área um prêmio no valor de R\$ 1.500,00 (um mil e quinhentos reais), valor bruto, do qual serão descontados os tributos específicos.

Sessão Solene já conta com sete edições

Aspectos éticos, legais e profissionais da atuação do nutricionista, ações e atitudes para conquistar espaço no mercado de trabalho, a importância da aproximação deste com o CRN-2 foram assuntos em destaque nas cinco edições da Sessão Solene de Entrega de Carteiras de Identidade Profissional em 2011. Nestas, mais de 800 nutricionistas receberam o documento.

Com a participação de 208 profissionais, a primeira solenidade de 2012 foi realizada em março. Em maio, ocorre a 7ª Sessão Solene, com previsão de entrega de 180 carteiras a nutricionistas que colaram grau e estão prestes a exercer a profissão e ingressar no mercado de trabalho.

O CRN-2 lembra que, para receber a carteira, é necessário apresentar a documentação completa e providenciar a assinatura digital.

CRN-2 marca presença nos municípios da 1ª e 2ª CRS

As ações de interiorização do CRN-2 estão previstas para ocorrer no primeiro semestre deste ano em municípios da 1ª e 2ª CRS (Coordenadoria Regional de Saúde), as quais têm sede em Porto Alegre. O Projeto Itinerante, proposto pela atual gestão, busca atender a estratégia de organização de base, a descentralização das demandas da categoria, a interiorização das ações do Conselho, ampliando as discussões e a organização política da categoria. Além de mobilizar, aproximar e ampliar o vínculo do Conselho com os profissionais da região, gestores públicos e sociedade, contribuir para a visibilidade e a valorização

da profissão na região e aprimorar os conhecimentos nas diversas áreas de atuação.

O CRN-2 promoverá dois eventos nas regiões abordando diferentes temas priorizados pelos profissionais: atuação do nutricionista no Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF) e nos diversos segmentos da Gastronomia e Nutrição.

A equipe de fiscalização do CRN-2 esteve presente em alguns dos municípios das regiões, realizando visitas fiscais com aplicação de Roteiro de Visitas Técnicas, além de orientar os nutricionistas quanto ao exercício profissional.

Em breve, o CRN-2 estará disponibilizando no portal a programação destes eventos.

CRN-2 lança projeto Sexta Básica

Desenvolver ações que contribuem para uma população mais saudável é uma das metas do projeto Sexta Básica, que o CRN-2 lança em 2012 em parceria com o SESI Regional. Esta iniciativa busca também o aperfeiçoamento profissional com a realização de palestras de interesse dos nutricionistas, técnicos e também do público do SESI.

Os eventos acontecerão sempre na última sexta-feira de cada mês, buscando assim uma referência à cesta básica, definida como os itens mínimos da alimentação humana.

Os telecentros do SESI transmitirão as palestras para o interior do RS, oportunizando a participação dos profissionais, trabalhadores da indústria e comunidade interessada.

Teleconferências

Local das palestras:

SESI -Av. Assis Brasil, 8787

Telecentros:

Santa Rosa, Rio Grande, Pelotas, Caxias do Sul, Guaporé, Parobé, Passo Fundo, Farroupilha, Bagé, Erechim e Lajeado

Previsão de datas e temas para 2012:

01/6: Alimentação Saudável: chave da longevidade

29/6: Alimentos Funcionais: polêmica e tabu

27/7: Alimentação do Trabalhador

31/8: Dia do Nutricionista: Alimentação fora do lar

28/9: Semana da Alimentação (tema da FAO)

26/10: Nutrição em Esportes

30/11: Agrotóxicos



CRN-2 reestrutura Banco de Consultores

Ferramenta para indicação de profissionais para entrevistas

Com o objetivo de qualificar as indicações e representações nas diversas mídias (rádio, TV, jornal, sites, revistas), em eventos e outras ações, o CRN-2 está reestruturando seu Banco de Consultores, com a inclusão de informações mais completas e atualizadas.

Em 2011, aproximadamente 70 profissionais do Banco de Consultores foram indicados para diferentes mídias e palestras, esclarecendo à sociedade o importante papel que nutricionistas e técnicos em nutrição e dietética desempenham na promoção e manutenção da saúde da população. O Conselho considera fundamental que estes espaços sejam ocupados e conquistados pelo conhecimento, ciente de que estas ações contribuem para a visibilidade e a valorização da profissão.

A inclusão deverá ocorrer através do portal do CRN-2. Em breve, serão encaminhadas as informações e critérios para o cadastramento.

Governo instala Caisans

O Governo instalou, em abril, a Câmara Intersecretarias de Segurança Alimentar e Nutricional Sustentável do RS (Caisans). Com esta iniciativa, o Estado passa a integrar o Sistema de Segurança Alimentar do Governo Federal, ficando credenciado a recursos federais destinados à questão da alimentação adequada.

A Caisans será coordenada pela Secretaria do Trabalho e Desenvolvimento Social (STDS) e reúne outras dez secretarias, entre estas as de Justiça e dos Direitos Humanos; Desenvolvimento Rural, Pesca e Cooperativismo; Educação; Saúde; Ciência, Inovação e Desenvolvimento Tecnológico; Meio Ambiente; Habitação e Saneamento.

O governador Tarso Genro destacou, na ocasião, a importância fundamental do enlace entre as políticas públicas do RS voltadas para a segurança alimentar com as do Governo Federal. O secretário da STDS, Luis Augusto Lara, alertou que o objetivo dos esforços unificados é garantir alimentos a todos e com qualidade.

O Conselho de Segurança

Foto: Caco Argemi/Palácio Piratini



Participaram da solenidade autoridades, representantes da sociedade civil e órgãos governamentais

Alimentar e Nutricional Sustentável do RS (ConseaRS) fará o papel de mediador entre as propostas resultantes das Conferências de Segurança Alimentar e a Caisans. O Consea terá, segundo informa o seu presidente, Miguel Montaña, a função de acompanhar as políticas públicas de Segurança Alimentar elaboradas pela Caisans.

Representado o Conselho Regional de Nutricionistas 2ª Região, participou da cerimônia de instalação da Câmara Intersecretarias a presidente Carmem Kieling Franco.

Um olhar sobre a Ética

A discussão sobre ética invadiu a sociedade, inserindo-se em tudo o que diz respeito à vida humana. Atualmente, muitos mencionam, mas poucos conhecem seu significado.

O que os nutricionistas devem compreender é que, independente de área de atuação, a conduta ética é indispensável para o relacionamento do profissional com o paciente/cliente ou equipe de trabalho, levando em conta preceitos como a dignidade humana, autorrealização e sociabilidade.

Além de conhecimentos técnicos, o nutricionista necessita ter um comportamento ético-profissional inquestionável, primando sempre pela verdade, sigilo, respeito e responsabilidade, com o objetivo de transmitir confiança e segurança àqueles a quem assiste.

O entrosamento entre a técnica e a ética é indispensável para que esse profissional possa oferecer o melhor de seu trabalho, cumprindo com seu compromisso individual e social, além de contribuir de forma significativa para a elevação do status da profissão.

A postura ética não é adquirida apenas durante a formação acadêmica. A consciência ética surge como um elemento fundamental desse processo e se revela na prática cotidiana por meio da ação alicerçada na responsabilidade socioambiental.

O Código de Ética Profissional do Nutricionista é o instrumento orientador da conduta profissional, adequando atitudes e valores pessoais aos princípios éticos, direitos e deveres. O nutricionista tem o dever de conhecer e tê-lo como guia, evitando assim transgredir qualquer um de seus artigos. O Código assume um papel relevante em garantir e defender o exercício profissional conforme estabelecido na legislação vigente, bem como defender a sociedade.

As transformações sociais, científicas e tecnológicas são determinantes de novas posturas éticas. O Sistema CFN/CRN entende que um novo código de conduta é necessário, a fim de que o nutricionista possa adequar-se à nova realidade. O assunto tem sido pautado em reuniões conjuntas do Sistema, que está constituindo um Grupo de Trabalho objetivando a revisão do Código em vigor.

O nutricionista necessita ter um comportamento ético-profissional inquestionável, primando sempre pela verdade, sigilo, respeito e responsabilidade.

Este vasto assunto não se esgota nas reflexões elencadas acima, pois, assim como a ciência da Nutrição é dinâmica e caminha simultaneamente com o progresso de todas as demais ciências e da própria humanidade, também os instrumentos utilizados como balizadores de conduta precisam ser constantemente aprimorados. Priorizar estas ações tem como finalidade fazer com que a atuação do nutricionista seja cada vez mais respeitada e entendida como imprescindível por toda a sociedade.

**CÓDIGO DE ÉTICA
DO NUTRICIONISTA**

CRN 2
CONSELHO REGIONAL DE
NUTRICIONISTAS - 2ª REGIÃO

Assunção de Responsabilidade Técnica pelo Nutricionista: uma questão civil, penal e ética

A Comissão de Fiscalização do CRN-2 destaca, nesta edição, a importância e a magnitude dos aspectos legais, éticos e técnicos da assunção de Responsabilidade Técnica (RT) pelo Nutricionista.

A RT decorre da necessidade em atender as legislações sanitária e profissional que preveem as obrigações e respectivas sanções.

As competências do nutricionista, definidas na Lei 8.234, de 17/09/1991, que regulamenta a profissão, identificam este profissional como o Responsável Técnico para a área de Alimentação e Nutrição.

Responsável Técnico (RT) é o profissional que detém conhecimentos e habilidades específicas que o qualificam para ser o responsável pelos procedimentos técnicos adotados em serviços de Alimentação e Nutrição. É ele que se responsabiliza pela promoção e preservação da saúde e por todas as atividades que compreendem a Nutrição nos diferentes segmentos de atuação. Tem o dever de exercer sua profissão com total responsabilidade, honra e dignidade, utilizando todos os recursos disponíveis, dominando e aprimorando seus conhecimentos técnico-científicos em benefício do paciente/cliente, da profissão e da sociedade. Responde integralmente tanto na esfera civil e penal quanto na ética pelas atividades de Alimentação e Nutrição. Deve lembrar que, no desempenho de suas atividades profissionais, caso ocorra um acidente ou falha na prestação de serviço e ficar caracterizado imprudência e imperícia, negligência ou omissão, no âmbito do CRN-2 o profissional poderá

responder a processo disciplinar por infração ao Código de Ética Profissional, não o eximindo de ação civil e criminal pela justiça comum.

Para tanto, precisa conhecer as leis, portarias, resoluções e decisões que regulamentam sua profissão, em especial o Código de Ética do Nutricionista e o Código de Defesa do Consumidor.

O nutricionista responde integralmente tanto na esfera civil e penal quanto na ética pelas atividades de Alimentação e Nutrição.

Para autorização da assunção de Responsabilidade Técnica pelo CRN-2, alguns critérios são considerados, entre eles: os que permitem o fiel desempenho da responsabilidade técnica contratada, as funções assumidas pelos profissionais, a complexidade dos serviços, a compatibilidade de horário, a distribuição da carga horária semanal, devendo esta ser compatível com o desenvolvimento pleno das atribuições, a compatibilidade do tempo despendido para acesso aos locais de trabalho e

a presença ou não de Quadro Técnico. Também é de responsabilidade do Conselho verificar se o nutricionista RT cumpre integralmente as atividades ou serviços técnicos de alimentação e nutrição, elencadas no momento da assinatura do Termo de Compromisso assinado pelo profissional e empregador.

A emissão da assunção de RT pelo CRN-2 para o nutricionista é um aval concedido pelo órgão, que servirá como documento para o exercício profissional em um determinado local. Para a empresa, é uma garantia de poder contar com a prestação de serviço de um profissional habilitado e regular com suas obrigações para com o Conselho.

Com muita frequência, têm sido noticiadas na mídia denúncias envolvendo o nutricionista, responsabilizando-o por alimentos vencidos encontrados em câmaras frias e despensas. O CRN-2, em ações de fiscalização, tem encontrado nutricionistas assumindo a responsabilidade técnica por vários estabelecimentos, com incompatibilidade de horário, não cumprindo as atividades obrigatórias previstas em lei, ausentes de seu local e trabalho em dias e horários estabelecidos, entre outras irregularidades.

Portanto, o CRN-2 faz um alerta ao nutricionista para a postura a ser adotada ao assumir a RT pelo serviço de alimentação e nutrição, seja ele de natureza privada, pública ou filantrópica.

O profissional, na função de Responsável Técnico, assume um dever com o Conselho, com a sua profissão, com o público que atende, com a empresa que o contrata e o remunera e, especialmente, com a sociedade.

Campanha do Sistema CFN/CRN 2012

ALIMENTAÇÃO FORA DO LAR

O Sistema Conselhos Federal e Regionais de Nutricionistas está lançando campanha por uma alimentação mais saudável fora do lar.

A iniciativa irá orientar as ações do Sistema para 2012.

Em breve, divulgaremos agenda de eventos do CRN-2.



PARA USO DOS CORREIOS

- | | |
|--|-----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Desconhecido | <input type="checkbox"/> Falecido |
| <input type="checkbox"/> Mudou-se | <input type="checkbox"/> Recusado |
| <input type="checkbox"/> End. Insuficiente | |
| <input type="checkbox"/> Não existe o n.º indicado | |
| <input type="checkbox"/> Ausente | |

Reint. ao Serviço postal em:

____/____/____

Ass. Responsável

Avenida Taquara, 586/503
CEP: 90460-210 - Porto Alegre