

Avaliação e intervenção nas alterações nutricionais em pacientes com sequelas pós-COVID-19



Apresentação

Olá, aluna(o)!

Toda e qualquer alteração de nutrientes em nossa dieta pode trazer consequências para o correto funcionamento do organismo, melhorando ou prejudicando nossa vitalidade e nosso cotidiano. Por isso, o estado nutricional possui caráter determinante para identificar agravos relacionados à saúde.

Você conhece os critérios de risco nutricional para os indivíduos que estão com a saúde comprometida pela COVID-19? Quais os fatores que devem ser considerados? Sabe como proceder com o processo de intervenção nutricional?

Ao ler esta cartilha, você terá acesso às informações que lhe permitirão entender o porquê indivíduos com SARS-CoV-2 precisam de maior atenção quanto ao fator nutricional, assim como os riscos relacionados à questão alimentar.

Bons estudos!



OBJETIVO

Ao final desta cartilha, espera-se que você consiga compreender a avaliação das alterações nutricionais e as intervenções necessárias para atender pacientes com sequelas pós-COVID-19.

Avaliação e intervenção nas alterações nutricionais

Um organismo em pleno funcionamento auxilia no combate às infecções que porventura venham a ocorrer. Para um adequado comportamento orgânico, são imprescindíveis hidratação e alimentação rica e equilibrada.

Os sintomas da COVID-19 comprometem a **ingestão** e a **absorção** de alimentos, afetando sua correta **metabolização** e **assimilação nutricional**, enquanto exigem maiores necessidades energéticas e nutricionais, como quaisquer infecções.

Independentemente de ser ligeira ou severa, todos os pacientes atingidos por uma infecção devem receber aconselhamento para rotinas de hidratação e alimentação corretas.



As orientações são destinadas aos pacientes em geral, desde aquele em autocuidados até aqueles pós-alta hospitalar. Observe abaixo os critérios para a identificação do risco nutricional em doentes com Covid-19¹:

Critérios para a identificação do risco nutricional em doentes com Covid-19

- Idade superior a 65 anos
- Presença de comorbidades (diabetes, hipertensão, insuficiência renal, doença pulmonar obstrutiva crônica, doentes imunodeprimidos)
- Anorexia/ diminuição da ingestão alimentar
- Doente com história de perda de peso
- Doente com IMC \leq 20 kg/m²
- Doente com IMC $>$ 25 kg/m²
- Sintomatologia gastrointestinal persistente

Observe na tabela abaixo os fatores a serem ponderados para a identificação do risco nutricional e para a avaliação e monitorização do estado nutricional em pessoas com COVID-19.

Fatores relacionados com o pior prognóstico da doença

- Idade (idosos 65 anos)
- Comorbidades (diabetes, hipertensão, insuficiência renal, doença pulmonar obstrutiva crônica, doentes imunodeprimidos)

Fatores associados à fase da doença e apresentação clínica

- Identificação da fase da doença COVID-19
- Sintomas de apresentação clínica da doença COVID-19 (ageusia, anosmia, anorexia, febre (duração), diarreia, náuseas/vômito, dor abdominal, astenia, dispneia, tosse)

Fatores associados ao estado nutricional


- Índice de massa corporal (IMC)
- Percepção do estado nutricional do doente (desnutrido ou obeso) de acordo com a observação/ percepção dos profissionais da equipa assistencial (médico ou enfermeiro)
- História de perda de peso
- Ingestão alimentar – A avaliação da ingestão alimentar pode ser realizada através de uma simples questão “O doente consegue ingerir a totalidade das refeições?”
- Marcadores bioquímicos – albumina, pré-albumina, contagem de linfócitos

Outros fatores associados ao estado nutricional

- Vulnerabilidade (independência, dependência para as atividades de vida diária (AVD), fragilidade)

Outros fatores com relevância para a terapia nutricional

- Intolerâncias e alergias alimentares e preferências pessoais



As avaliações e as intervenções nutricionais em pacientes pós-COVID-19 acontecem na observação e na realização de avaliações antropométricas, cuja finalidade é distinguir qual a melhor forma de formular um planejamento alimentar, caso seja necessário.

As alterações nutricionais, no cenário atual de pandemia, são um mecanismo para fins de pesquisas, tendo em vista que um profissional nutricionista colabora para a implementação que pode estabelecer acordos técnicos, como:

- Devido à dificuldade de deglutição pós-intubação orotraqueal prolongada, a indicação de mudar a consistência dos alimentos ou de manter a dieta por sonda enteral até a completa reabilitação da deglutição ou de ingestão oral adequada;

- Manter o estado nutricional e prevenir o estado de desnutrição que pode ser uma complicação negativa em pacientes com COVID-19 em situação de intubação;

- Formular prescrições dietéticas;

- Fazer uma evolução nutricional segundo a necessidade.

A orientação e a supervisão são indispensáveis, pois na realização de dietas enterais e orais é importante analisar o percentual de infusão, a tolerância e a aceitação da dieta, de modo a traçar um planejamento de reabilitação ideal.



LEITURA COMPLEMENTAR

Para entender melhor as áreas de atuação do nutricionista e suas atribuições para a efetividade dos serviços prestados à sociedade e outras providências, acesse:

- [Resolução CFN Nº 600.](#)

Considerações finais

Ao longo deste recurso, você pôde perceber que a hidratação e a alimentação adequada são fundamentais para o bom funcionamento do organismo, especialmente para o combate de infecções.

No que tange aos indivíduos afetados pela COVID-19, é válido lembrar que pode ocorrer comprometimento gastrointestinal e de metabolização nutricional, por isso é importante que você saiba identificar os fatores nutricionais de risco para a dieta de pacientes com SARS-CoV-2, bem como os fatores que devem ser avaliados e como proceder com o processo de intervenção/planejamento para reverter as alterações por eles apresentadas.

Esperamos que você tenha reconhecido a importância dessas orientações e que tenha absorvido ao máximo todas as informações aqui retratadas para o aperfeiçoamento de sua prática profissional no atendimento e assistência aos pacientes com COVID-19.

Até a próxima!

Créditos

Coordenação do Projeto

Ana Emilia Figueiredo de Oliveira

Coordenação Geral da DTED/UNA-SUS/UFMA

Ana Emilia Figueiredo de Oliveira

Gestão de Projetos da UNA-SUS/UFMA

Amanda Rocha Araújo

Coordenação de Produção Pedagógica da UNA-SUS/UFMA

Paola Trindade Garcia

Coordenação de Ofertas Educacionais da UNA-SUS/UFMA

Elza Bernardes Monier

Coordenação de Tecnologia da Informação da UNA-SUS/UFMA

Mário Antônio Meireles Teixeira

Coordenação de Comunicação da UNA-SUS/UFMA

José Henrique Coutinho Pinheiro

Professora-Autora

Ankilma do Nascimento Andrade Feitosa

Validadores Técnicos MS

Departamento de Gestão da Educação na Saúde

Bethânia Ramos Meireles

Coordenação-Geral de Ações Estratégica, Inovação e Avaliação da Educação em Saúde (CGIED/DEGES/SGTES/MS)

Rosany Ferreira Rios Fonseca

Carolina Vaccari Simaan

ÁREA TÉCNICA:

Coordenação-Geral de Saúde da Pessoa com Deficiência (CGSPD/DAET/SAES/MS)

Angelo Roberto Gonçalves

Diogo do Vale de Aguiar

Flávia da Silva Tavares

Denise Maria Rodrigues Costa

Cicero Kaique Pereira Silva

Coordenação-Geral de Saúde do Trabalho (CGDEP/DAEVS/SVS/MS)

Nathalie Alves Agripino

Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da USP

Daniel Ciampi Araújo de Andrade

Coordenação Saúde Pessoa Idosa (COSAPI/ CGCIVI/ DAPES/ SAPS/ MS)

Maria Cristina Corrêa Lopes Hoffmann

Wendel Rodrigo Teixeira Pimentel

Natália Vargas Patrocínio de Campos

Coordenação de Saúde das Mulheres/ Coordenação-Geral de Ciclos da Vida (COSMU/ CGCIVI/DAPES/SAPS/MS)

Anelise Trigo Cid

Créditos

Coordenação Geral de Atenção Hospitalar e Domiciliar (CGAHD/DAHU/SAES/MS)

Mariana Borges Dias

**Coordenação de Evidências e Informações Estratégicas para Gestão em Saúde,
Departamento de Ciência e Tecnologia**

Virginia Kagure Wachira

Coordenação-Geral de Saúde Mental, Álcool e Outras Drogas

Rafael Bernardon Ribeiro

Daniela Palma Araújo

Lívia Anniele Sousa Lisboa

Deysianne Costa das Chagas

Izabel Cristina Vieira de Oliveira

Revisora Textual

Camila Cantanhede Vieira

Designer Instrucional

Helen Maysa Belfort Sousa

Designer Gráfico

Lindomar Dantas Conrado Filho

Referências

1. SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE. Manual de intervenção alimentar e nutricional na COVID-19. Portugal: SNS/DGS, 2020. Disponível em: <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/131758/2/438538.pdf>. Acesso em: 20 maio 2021.

COMO CITAR ESTE MATERIAL

FEITOSA, Ankilma do Nascimento Andrade. Avaliação e intervenção nas alterações nutricionais. In: UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS. UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO. Reabilitação do paciente com sequelas pós-COVID-19. **Avaliação e intervenção nas alterações nutricionais em pacientes com sequelas pós-COVID-19**. São Luís: UNA-SUS; UFMA, 2021.

© 2021. Ministério da Saúde. Sistema Universidade Aberta do SUS. Fundação Oswaldo Cruz & Universidade Federal do Maranhão. É permitida a reprodução, disseminação e utilização desta obra, em parte ou em sua totalidade, nos termos da licença para usuário final do Acervo de Recursos Educacionais em Saúde (ARES). Deve ser citada a fonte e é vedada sua utilização comercial, sem a autorização expressa dos seus autores, conf. Lei de Direitos Autorais-LDA (Lei n.º 9.610, de 19 de fevereiro de 1998).

