TRABALHO COMPLETO
FULL PAPER
XXVIII SEPE
Simpósio de Ensino, Pesquisa e Extensão
Teaching, Research and Extension Symposium
ISSN: 2316-9745
24 A 26 DE SETEMBRO DE 2024
SEPTEMBER 24th to 26th, 2024
UFN
https://doi.org/10.48195/sepe2024.28582

PARADIGMAS DA ALIMENTAÇÃO TRADICIONALISTA DO SUL E PERSISTÊNCIA DA SÍNDROME METABÓLICA: UM RELATO DE CASO

Maria Eduarda Leal Zambarda[1]; Ana Claudia Guma Fiorenza de Oliveira[2]; Bianca Guazina Dalla Costa[3]; Carolina Gai Carrion Leite[4]; Luiz Alberto Fontoura Pereira[5]; Tereza Cristina Blasi[6]

RESUMO

Trata-se de um relato de experiência, como objetivo é descrever a vivência de um grupo de discentes no atendimento especializado em um hospital público do Rio Grande do Sul. As vivências aconteceram de forma conjunta e multidisciplinar, dessa forma, os pacientes consultavam, a priori, no ambulatório de endocrinologia e, no seguimento, passavam ao atendimento de nutrição, na sequência, os casos eram compartilhados na perspectiva de ambas áreas.
Como embasamento, além da própria experiência, utilizou-se de literaturas de impacto nas áreas, na parte da saúde, da história e da cultura, onde foi possível esmiuçar a culinária local e hábitos culturais sulistas. Como resultado, verificou-se que os pacientes permaneciam com uma alimentação tradicional gaúcha (rica em gorduras, carboidratos, proteínas) mesmo com orientações nutricionais, acreditando ser uma forma saudável de alimentação, e recrudescendo, significativamente a saúde dos pacientes- o que ressalta os paradigmas culturais relacionados ao entendimento de uma alimentação, de fato, saudável.

Palavras-chave: Cultura; Dieta; Hipertensão; Obesidade; Saúde.

ABSTRACT

This is an experience report, with the objective of describing the experience of a group of students in specialized care at a public hospital in Rio Grande do Sul. The experiences took place in a joint and multidisciplinary manner, in which patients initially

[1] Maria Eduarda Leal Zambarda – Universidade Franciscana maria.zambarda@ufn.edu.
[2] Ana Claudia Guma Fiorenza de Oliveira – Universidade Franciscana ana.fiorenza@ufn.edu.br
[3] Bianca Guazina Dalla Costa – Universidade Franciscana bianca.guazina@ufn.edu.br
[4] Carolina Gai Carrion Leite – Universidade Franciscana carolina.gcleite@ufn.edu.
[5] Luiz Alberto Fontoura Pereira – Universidade Franciscana luiz.alberto@ufn.edu.br
[6] Tereza Cristina Blasi – Professora orientadora – Universidade Franciscana terezacristina@ufn.edu.br

consulted the endocrinology outpatient clinic and, subsequently, went to the nutrition clinic, and then the cases were shared from the perspective of both areas.
As a basis, in addition to the experience itself, we used literature with impact in the areas of health, history and culture, where it was possible to analyze the local cuisine and cultural habits of the South. As a result, it is guaranteed that patients continue with a traditional gaucho diet (rich in fats, carbohydrates, proteins) even with nutritional guidance, believing it to be a healthy way of eating, and significantly improving the health of patients - which highlights the cultural paradigms related to the understanding of a truly healthy diet.

Keywords: Culture; Diet; Health; Hypertension; Obesity.

Eixo Temático: Atenção Integral e Promoção à Saúde (AIPS)

1. INTRODUÇÃO

A síndrome metabólica consiste num grupo de anormalidades que incluem obesidade central, hipertrigliceridemia, níveis baixos de colesterol da lipoproteína de alta densidade, hiperglicemia e hipertensão (HARRISON, 2020). Essa síndrome que possui íntima correlação com a ingestão gordurosa traz consigo a influência cultural em diferentes localidades geográficas que se utilizam de alimentos ricos nesses componentes. A alimentação tradicionalista do Sul do Brasil, especialmente entre os gaúchos, é marcada por pratos que incorporam uma significativa quantidade de gorduras e carnes (RACINE e RADAELLI, 2017). Este estilo alimentar, herança da colonização miscigenada do estado - envolvendo alemães, italianos, indígenas, portugueses, espanhóis, africanos e poloneses - reflete não apenas uma rica diversidade cultural, mas também uma identidade culinária que tem se mantido firme ao longo das gerações.

Contudo, essa herança alimentar tem uma estreita relação com a persistência da síndrome metabólica na população sulista, o qual foi possível observar em um ambulatório de endocrinologia e nutrição em um hospital no centro do Rio Grande do Sul. Houve uma perspectiva de altos índices dessa síndrome entre os pacientes, destacando-se a importância de um olhar crítico sobre os hábitos alimentares tradicionais.

Logo, este relato analisa os paradigmas que contribuem para a persistência da

síndrome metabólica na população da cidade coração do Rio Grande do Sul, focando na relação entre essa condição e a alimentação rica em gorduras. Além disso, o trabalho considera o contexto histórico e socioeconômico que consolidou essas práticas alimentares, resultado de uma rica mistura de influências culturais ao longo dos séculos. Embora essa culinária tradicional seja apreciada por seu sabor, ela pode acarretar impactos negativos à saúde. Assim, o objetivo é identificar os padrões alimentares associados à síndrome metabólica e discutir possíveis intervenções para promover hábitos mais saudáveis.

2. METODOLOGIA

Como estratégia metodológica, utilizou-se como relato de experiência de um grupo de discentes do curso de medicina no atendimento a pacientes em um ambulatório especializado de endocrinologia e de nutrição, de um hospital público do centro do estado.

A partir da visão multidisciplinar oportunizada na vivência ambulatorial, foi possível observar os paradigmas da alimentação tradicional e o recrudescimento da saúde -sobretudo- metabólica dos pacientes.

Como forma de sustentar as discussões, selecionou-se artigos e livros de alto impacto na área da saúde endocrinológica e nutricional, para aprofundar os aspectos relacionados à alimentação e saúde.

3. RESULTADOS E DISCUSSÕES

As vivências experimentadas no ambulatório de endocrinologia e de nutrição de um hospital público em uma cidade no centro do Rio Grande do Sul ocorreram durante todo o ano de fevereiro a dezembro de 2024, em atendimentos ao endocrinologista a partir do encaminhamento ou marcação de consulta de retorno e, a posteriori, seguimento ao atendimento no ambulatório de nutrição.

Os conhecimentos adquiridos nos ambulatórios de endocrinologia e nutrição são fundamentais para uma compreensão abrangente do paciente, permitindo um tratamento mais completo e eficaz. A interdisciplinaridade entre essas áreas é essencial, pois muitos distúrbios endocrinológicos, como diabetes e problemas da

tireoide, têm um impacto direto no estado nutricional do paciente. Ao integrar essas disciplinas, é possível personalizar as intervenções terapêuticas, promovendo melhores resultados na saúde do paciente e fortalecendo a prática clínica baseada em evidências.

Os pacientes, após conduta endocrinológica de acordo com sua doença, seguiam ao consultório de nutrição a fim de discutir e realizar um planejamento alimentar com foco em estabelecer uma alimentação saudável e criar um hábito de vida com o intuito de melhorar a qualidade de vida do indivíduo. Esse plano alimentar era definido em conjunto com o paciente para garantir maior adesão.

Nessas consultas que ocorreram no período mencionado, foram analisados os hábitos alimentares dos pacientes do ambulatório de nutrição, sendo pesquisado, por meio da anamnese, os alimentos ingeridos, horários e frequências da dieta, hábitos intestinais e ingestão hídrica de cada um. Além disso, foi anotado dados antropométricos como peso, altura, circunferência abdominal, dentre outros importantes para a avaliação nutricional da pessoa.

Subsequentemente a anotação de toda a história colhida e o exame físico, o plano alimentar era realizado junto com o paciente, de uma forma mais saudável e inclusiva economicamente. Em seguida, após as consultas, os alunos e os professores reuniam-se para discutir sobre os atendimentos do dia, com o objetivo de analisar as alimentações referidas pelos pacientes e suas inserções no contexto gaúcho.

A partir do estudo individual acerca da alimentação regional sulista e da síndrome metabólica nos seres humanos, além das discussões a respeito dos atendimentos, percebeu-se a persistência do adoecimento metabólico na população gaúcha, sendo necessário o diálogo sobre o assunto e a necessidade de mudar essa realidade. Segundo Dr. José M. Ordovás (2018) e Bray (2018), a ingestão excessiva desses tipos de gordura, os quais muito relatados em consulta, pode levar ao acúmulo de gordura abdominal, resistência à insulina e alterações nos níveis de lipídios no sangue, todos componentes críticos da síndrome metabólica. Esses fatores contribuem para o desenvolvimento e progressão da síndrome já que a síndrome

metabólica é um conjunto de condições que, quando ocorrem juntas, aumentam o risco de doenças cardiovasculares, derrames e diabetes tipo 2.

A experiência de trabalhar em conjunto com as áreas de endocrinologia e nutrição tem sido enriquecedora para o nosso aprendizado, especialmente na saúde do paciente gaúcho. No Rio Grande do Sul, onde os hábitos alimentares tradicionais e a prevalência de doenças metabólicas exigem uma atenção especial, a colaboração entre essas especialidades é crucial. Esse tratamento integrado tem permitido um manejo mais preciso de condições como diabetes e obesidade, promovendo uma melhora significativa na qualidade de vida dos pacientes. Essa experiência tem sido fundamental para desenvolver uma visão mais completa e eficaz no cuidado desses pacientes.

4. CONCLUSÃO

A experiência no ambulatório de endocrinologia no Rio Grande do Sul evidenciou a forte influência da cultura sulista na alimentação, a qual contribui indubitavelmente para o adoecimento metabólico dos pacientes. Os alimentos da cultura rio-grandense são ricos em açúcares, como a chimia (similar à geléia de frutas) e a cuca, muito presentes no café da manhã e lanche da tarde. Também se evidencia a preferência de cortes de carne ricos em gordura no tradicional churrasco gaúcho, além do uso de banha de porco para o preparo de alimentos no cotidiano. Apesar das intervenções clínicas na área da endocrinologia, houve persistência das doenças metabólicas e, a partir disso, foi necessária intervenção de nutricionista.

Essa vivência evidenciou a importância da interdisciplinaridade na área da saúde, para promoção de mudanças efetivas nos hábitos alimentares e de vida. O tratamento em conjunto demonstrou-se imprescindível para a melhora clínica dos pacientes analisados na experiência para que, ao mesmo tempo que incorporem uma alimentação mais adequada às necessidades atuais, possam minimizar uma cultura de tradições locais, como estratégias de educação alimentar adaptadas às realidades de cada um.

REFERÊNCIAS

BRAY, G. A. Obesity and metabolic syndrome. Editora, 2018.

HARRISON, Medicina interna| Porto Alegre; AMGH; 19 ed; 2017.

ORDOVÁS, J. M. Genética da síndrome metabólica: fatores de risco e prevenção. Editora, 2018.

RACINE, Elisabetta; RADAELLI, Patrícia. Alimentação e cultura. Brasília: Ministério da Saúde, 2017.