

Nutrição

CST/Direh/Fiocruz



Número 18 - Agosto de 2011



DIA DO NUTRICIONISTA 31 DE AGOSTO



31 de agosto
Dia do Nutricionista

A Nutrição é uma profissão comprometida com a saúde da população. Sendo assim, o nutricionista é o profissional de saúde, que atendendo aos princípios da Ciência da Nutrição, contribui para a melhoria da saúde dos indivíduos e coletividade. Todos sabem que a alimentação equilibrada é fundamental para preservar a saúde e prevenir doenças, uma vez que os alimentos são fontes de nutrientes indispensáveis ao bom funcionamento do organismo. Porém muitas pessoas não sabem alimentar-se de forma adequada e por este motivo surgem doenças que poderiam ter sido prevenidas.

O nutricionista é o profissional mais indicado para orientar e educar no que diz respeito a alimentação, pois conhece à fundo os alimentos e trabalha com dietas personalizadas, respeitando as diferenças de hábitos alimentares, estrutura física e situações fisiológicas especiais, tornando o tratamento das doenças mais eficiente e mantendo a saúde das pessoas.



NUTRIÇÃO NA SAÚDE COLETIVA

Uma das atuações na área de de Alimentação do saúde coletiva exercida pelo Trabalhador), além de realizar Nutricionista diz respeito à e promover a educação alimentação do trabalhador. nutricional e alimentar ao Compete ao nutricionista trabalhador em instituições planejar refeições, públicas e privadas, por meio organizar, dirigir, de ações, programas e supervisionar, avaliar os eventos, visando a prevenção serviços de alimentação e de doenças e promoção e nutrição do PAT (Programa manutenção da saúde.

Programa de Alimentação do Trabalhador (PAT) foi criado para atender trabalhadores de baixa renda, isto é, aqueles que ganham até cinco salários mínimos mensais. O PAT tem por objetivo melhorar as condições nutricionais dos trabalhadores, com repercussões positivas para a qualidade de vida, a redução de acidentes de trabalho e o aumento da produtividade.



NUTRIÇÃO DO NUST/CST

A equipe de Nutrição do NUST promove ações coletivas através de educação em saúde, visando a promoção da saúde e melhoria da qualidade de vida dos trabalhadores. O foco das ações desenvolvidas pela equipe são as atividades em grupo e o informativo eletrônico quinzenal (Boletim da Nutrição), também disponível em meio físico nas unidades. Além disso, é realizado atendimento individual em casos especiais e participação em campanhas pelo campus.



*“Nós somos o
que comemos”
(Sócrates)*

Equipe de Nutrição: Thais Esteves,
Wanessa Natividade e Tatiane Danciger.

AÇÕES DA NUTRIÇÃO

Atividades em grupo - são atividades de educação e saúde que envolvem palestras sobre temas de nutrição e saúde, coleta de dados e monitoramento corporal dos trabalhadores, realizadas nos setores em que se observa uma necessidade de intervenção ou por própria demanda da unidade.

Boletim Nutrição - informativo eletrônico, agora disponível também em meio físico nas unidades, que trata de informações sobre alimentação, trabalho e saúde. Criado em Novembro de 2010, o boletim chega a sua 18ª edição tendo atingido só no mês de junho 1178 leitores. Este tem sido o meio mais abrangente de educação em saúde realizado pela equipe de nutrição do NUST e que vem recebendo diversos elogios e sugestões dos trabalhadores.

Atendimento individual - seja por demanda pessoal ou encaminhamento de um profissional de saúde, o trabalhador recebe atendimento personalizado através de orientação nutricional, quanto ao seu hábito alimentar e problema referido, e avaliação corporal para complementação do diagnóstico.

CAMPANHA DE HIPERTENSÃO



Cátia Godinho Barbosa - Técnica de Enfermagem de Far-Manguinhos.

A campanha mais recente que teve importante participação da equipe de Nutrição do NUST/CST foi a Campanha de Hipertensão, realizada durante o evento 111º Aniversário da Fiocruz. No stand da campanha os trabalhadores verificaram pressão arterial, glicemia, peso e altura, além de responderem

a questionário que pretende avaliar a influência do trabalho na saúde dos mesmos. Passaram pelo stand 223 trabalhadores durante os dois dias de evento.

