



Nutrição, prevenção e adesão: Os desafios da educação nutricional no enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis

Andréa dos Santos Rodrigues

Instituição: Instituto Federal do Paraná – Paraná
E-mail: andrearodrigues.nutricionista@gmail.com

RESUMO

Este trabalho tem como objetivo principal descrever a importância da educação nutricional na prevenção e adesão ao tratamento de doenças crônicas não transmissíveis. Foi realizada uma pesquisa bibliográfica para levantar os principais tipos, causas e como a educação em nutrição pode ajudar na prevenção e adesão ao tratamento.

Palavras-chave: Educação nutricional, Doenças crônicas não transmissíveis, Adesão.

1 INTRODUÇÃO

Este trabalho tem como objetivo principal descrever a importância da educação nutricional na prevenção e adesão ao tratamento de doenças crônicas não transmissíveis. Foi realizada uma pesquisa bibliográfica para levantar os principais tipos, causas e como a educação em nutrição pode ajudar na prevenção e adesão ao tratamento. As doenças crônicas não transmissíveis são um grande desafio de saúde pública mundial, principalmente pela morbidade e mortalidade que causam, porém em muitos casos ser prevenidas e tratadas adequadamente. Elas se caracterizam por um conjunto de patologias de múltiplas causas e fatores de risco, longos períodos de latência e curso prolongado e são as principais causas de mortes no mundo, gerando perda de qualidade de vida com limitação nas atividades de trabalho e de lazer, além de impactos econômicos para as famílias, comunidades e a sociedade em geral. São responsáveis por 72% das causas de mortes, com destaque para doenças do aparelho circulatório (31,3%), câncer (16,3%), diabetes (5,2%) e doença respiratória crônica (5,8%), e atingem indivíduos de todas as camadas socioeconômicas, sendo de forma mais intensa, aqueles pertencentes a grupos vulneráveis, como os idosos e os de baixa escolaridade e renda. A educação nutricional é um campo da educação e saúde que visa ensinar as pessoas sobre alimentação saudável, nutrição e hábitos alimentares adequados, fornecendo informações sobre alimentação, mas também ensinando habilidades de autogestão. Quando os pacientes compreendem como a dieta pode afetar positivamente sua saúde, eles se sentem mais motivados a seguir as orientações nutricionais, auxiliando na adesão ao tratamento. Para condições crônicas, a educação nutricional contínua ajuda a prevenir recaídas melhorando os resultados do tratamento e o bem-estar geral dos pacientes.