

ACONSELHAMENTO NUTRICIONAL NO CAPS INFANTOJUVENIL DE SANTANA DE PARNAÍBA: DESCRITIVO DA EXPERIÊNCIA

A implantação do atendimento nutricional focado em aconselhamento nutricional no Centro de Atenção Psicossocial Infantojuvenil de Santana de Parnaíba (CAPSIJ) marca um passo inovador na resposta às complexas necessidades de pacientes com transtornos alimentares. Reconhecendo o alto índice de mortalidade entre esses pacientes, frequentemente decorrente de suicídio e complicações associadas ao próprio transtorno, a equipe multiprofissional identificou a ausência de um cuidado nutricional específico e viu, no nutricionista, uma peça-chave para integrar e ampliar a abordagem oferecida. Nesse contexto, o nutricionista surge como um diferencial essencial no CAPSIJ, unindo conhecimentos técnicos e abordagens humanizadas que potencializam os resultados do acompanhamento, sobretudo para aqueles que, embora apresentem indicações para internação por conta de transtornos alimentares, têm respondido positivamente à intervenção nutricional no CAPSIJ, evitando a necessidade de hospitalização.

Com reuniões regulares envolvendo nutricionista, psicólogos, psiquiatra, assistentes sociais e enfermeiros, a estratégia integrada do CAPSIJ passou a englobar uma intervenção que vai além da prescrição alimentar convencional. Baseada em estudos recentes e no documento “Fundamentos da padronização internacional do processo e da terminologia de cuidado em nutrição” do Conselho Federal de Nutricionistas (2023), essa abordagem propõe um acolhimento centrado na pessoa. Mais do que orientar sobre o que comer, o nutricionista oferece aconselhamento nutricional - uma abordagem que explora crenças, atitudes e comportamentos alimentares, promovendo transformações sustentáveis e ajustadas ao contexto biopsicossociocultural dos pacientes.

O uso do diário alimentar destacou-se como uma ferramenta fundamental no aconselhamento nutricional do CAPSIJ. Longe de ser apenas um registro do que é consumido, o diário se torna uma janela para entender as relações complexas entre emoções, pensamentos e escolhas alimentares. Os pacientes são encorajados a registrar não apenas o que comem, mas também o que sentem e pensam em relação à comida, capturando nuances emocionais e identificando gatilhos específicos que influenciam o comportamento alimentar. Ao analisar o diário junto com o paciente, o nutricionista promove reflexões críticas que ajudam a desconstruir crenças limitantes, facilitando a construção de uma relação mais saudável com a alimentação e reduzindo o sofrimento associado à autoimagem e à comida.

Os atendimentos individuais, além de incluírem o diário alimentar, incorporam ferramentas específicas como escalas de avaliação do comportamento alimentar e da autopercepção corporal. Essas ferramentas, típicas do âmbito acadêmico, não são suficientes para a avaliação mas são cruciais para integrar o acompanhamento do progresso dos pacientes, oferecendo ao nutricionista uma base para identificar

distorções de imagem corporal e atitudes negativas. Isso permite intervenções direcionadas, ajudando a restaurar uma percepção mais realista e menos estigmatizada do corpo, passo essencial para a recuperação em transtornos alimentares.

O papel do nutricionista no CAPSIJ também se estende ao acompanhamento dos familiares dos pacientes. Esses atendimentos têm como objetivo não apenas educar sobre o papel da alimentação no tratamento, mas também corrigir crenças alimentares equivocadas e desmistificar ideias prejudiciais. Os familiares, muitas vezes sem perceber, acabam reforçando estigmas relacionados ao peso e à alimentação, o que agrava o sofrimento dos pacientes. Os encontros com o nutricionista oferecem suporte emocional e informativo aos familiares, transformando o ambiente familiar em um espaço mais acolhedor e menos restritivo, crucial para a recuperação dos jovens.

Outro ponto de destaque é a articulação intensa entre nutricionista e psicólogo, possibilitando uma abordagem interdisciplinar onde aspectos emocionais e comportamentais são trabalhados em conjunto. Os casos também recebem o acompanhamento do psiquiatra, garantindo uma atuação integrada que responde tanto às necessidades emocionais quanto físicas dos pacientes. Essa integração é particularmente importante para o acompanhamento especializado, refletindo um impacto positivo em sua qualidade de vida e recuperação.

O desafio inicial com a resistência de alguns pacientes, marcada pela desconfiança no atendimento nutricional que foge dos estereótipos, foi superado pela insistência e pelo cuidado humanizado da equipe. Com o tempo, a adesão aumentou, e os pacientes passaram a ver o nutricionista não como alguém que restringe ou sugere alimentos, mas como um aliado em sua jornada, ajudando-os a desenvolver uma relação menos conflituosa com a comida e consigo mesmo.

Embora o projeto esteja em andamento, os resultados até agora são animadores. A redução no conflito com a comida, o aumento da adesão aos atendimentos nutricionais e a melhora gradual no comportamento alimentar dos pacientes refletem o impacto profundo da presença do nutricionista. Esse profissional, com uma escuta atenta e intervenções fundamentadas, se mostra um diferencial no CAPSIJ, destacando que o acompanhamento nutricional especializado pode evitar a institucionalização de alguns casos e oferecer uma alternativa eficaz e acolhedora para o manejo de transtornos alimentares no próprio território do paciente.

A continuidade da integração entre a equipe se fortalece por meio de reuniões periódicas para discussão dos casos e ajuste das condutas. Essa articulação permite uma personalização das intervenções e proporciona ao paciente um cuidado que se adapta às suas necessidades ao longo do tempo. Essa prática tem evidenciado, dia após dia, que o nutricionista é uma figura indispensável no CAPSIJ,

promovendo um suporte amplo que vai além do corpo físico e atinge a esfera emocional e social, gerando uma mudança real e significativa na vida dos jovens.

SOBRE O AUTOR

Felipe Daun é nutricionista, mestre e doutor pela Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo (FSP-USP). Professor e autor do Instituto Nutrição Comportamental e da Academia da Nutrição. Aprimorando em Transtornos Alimentares do AMBULIM, Instituto de Psiquiatria da Faculdade de Medicina da USP. Nutricionista do Centro de Atenção Psicossocial Infantojuvenil - "Espaço de vida" do município de Santana de Parnaíba.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Alvarenga, M. S., Dunker, K. L. L., & Philippi, S. T. (2019). Transtornos alimentares e nutrição: Da prevenção ao tratamento. Editora Manole.

Associação Brasileira de Nutrição. (2023). Fundamentos da padronização internacional do processo e da terminologia de cuidado em nutrição [recurso eletrônico]. Asbran; Conselho Federal de Nutricionistas.

American Psychiatric Association. (2022). Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5-TR (5ª ed., texto revisado). Artmed.

Duck, S., Guarda, A., & Schreyer, C. (2023). Parental dieting impacts inpatient treatment outcomes for adolescents with restrictive eating disorders.. *European eating disorders review : the journal of the Eating Disorders Association*.

Koshimoto, S., Kuboki, N., Gunji, C., Fujiwara, M., Hayashi, H., Moriya, H., Oyake, Y., Murata, I., Takeuchi, T., Matsushima, E., & Ohta, K. (2023). Nutritional counseling needs of patients with mental disorders in psychiatric care: A cross-sectional survey. *International Journal of Social Psychiatry*, 69, 1693 - 1703.

Ram, J., & Shelke, S. (2023). Understanding Eating Disorders in Children and Adolescent Population. *Journal of Indian Association for Child and Adolescent Mental Health*, 19, 60 - 69.

Veras, J. L. A., Ximenes, R. C. C., & Vasconcelos, F. M. N., et al. (2018). Relationship between suicidal behavior and eating disorders: A systematic review. *Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online*, 10(1), 289-294.