

## ATENDIMENTO EM SAÚDE E NUTRIÇÃO AO IDOSO DIABÉTICO

CCS-Centro de Ciências da Saúde  
Maria Goretti Pessoa de Araujo Burgos - Docente  
gburgos@hotmail.com.br

### Objetivo geral

Realizar consultas clínico-nutricionais aos idosos diabéticos, incentivando hábitos alimentares saudáveis como forma de prevenção, manutenção ou melhora do estado nutricional e bom controle metabólico.

### Objetivos específicos

**Cognitivos:** Saber os riscos do excesso de peso e o mau controle da doença; Identificar as preparações e a melhor forma de consumo dos alimentos que ajudam no controle da glicemia e do perfil lipídico; Aprender a importância de alimentar-se em intervalos de tempo regulares; Saber as consequências de um longo período de jejum e omissão de refeições; Conhecer a importância da prática de exercícios físicos; Saber a importância e os riscos de realizar exercícios físicos em jejum; Associar a importância da relação: exercício x alimentação equilibrada;

**Afetivos:** Sentir-se motivado a seguir o cardápio e as orientações nutricionais propostas; Sentir-se motivado a praticar exercícios físicos;

### Resumo

O aumento da incidência de diabetes mellitus tipo 2 na terceira idade, tem como consequências complicações vasculares e o surgimento de desordens geriátricas, como distúrbios cognitivos, quedas e fraturas. Atualmente o diabetes tem se tornado importante problema de saúde pública, o que gera a necessidade de controle severo da glicemia, perfil lipídico, peso corporal e adesão ao plano alimentar proposto pelo profissional nutricionista. O projeto proposto tem como principal objetivo realizar atendimento clínico-nutricional individual e em grupos de pacientes idosos diabéticos, seus familiares e/ou cuidadores, atendidos no Ambulatório de Nutrição do Núcleo de Atenção ao Idoso da Universidade Federal de Pernambuco. Este atendimento tem a finalidade de manter e/ou melhorar o estado nutricional e perfil glicêmico e lipídico, e



consequentemente reduzir a morbimortalidade deste grupo, melhorando com isso sua qualidade de vida.