

Análise do consumo de micronutrientes dos pacientes atendidos em um Ambulatório de Nutrição

Ludmila de Oliveira Nunes¹, Fernanda de Carvalho Melo², Thayana Regina de Souza Grance³, Deise Bresan⁴, Priscila Milene Angelo Sanches⁴.

¹Discente, Curso de Nutrição, Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS), Campo Grande, MS, Brasil. Autor correspondente: milaa.lud@gmail.com.

²Discente, Curso de Nutrição, UFMS, Campo Grande, MS, Brasil.

³Nutricionista, Clínica Escola Integrada, UFMS, Campo Grande, MS, Brasil.

⁴Docente, Curso de Nutrição, UFMS, Campo Grande, MS, Brasil.

Introdução: O início da vida adulta é marcado por constantes mudanças de hábitos sociais e alimentares, sendo assim necessário um maior cuidado sobre os padrões alimentares nessa fase da vida. Inadequações alimentares acarretam consequências à saúde do indivíduo, assim como o consumo deficiente ou excessivo de micronutrientes pode provocar o desenvolvimento de inúmeras doenças. **Objetivo:** Identificar o consumo de micronutrientes dos pacientes assistidos em um ambulatório de Nutrição. **Metodologia:** Trata-se de um estudo retrospectivo realizado por meio de dados secundários, provenientes dos atendimentos de estudantes de graduação e pós-graduação assistidos no ambulatório de Nutrição de uma universidade pública do Mato Grosso do Sul, durante o período de 2014 a 2015. Os dados dietéticos dos pacientes foram coletados por meio do Recordatório de 24 horas de dois dias e a análise do consumo de micronutrientes foi baseada nos valores de referência da *Dietary Reference Intake*. Foram analisados os consumos das vitaminas tiamina, niacina, riboflavina, piridoxina, A e C, além dos minerais sódio, ferro, potássio, zinco e cálcio. Os dados foram analisados pelo *software Statistical Package for the Social Sciences* versão 18.0, sendo considerado o intervalo de confiança de 95%. **Resultados:** Foram analisados 78 prontuários de pacientes, dos quais 61,5% eram do sexo feminino e com idade média de $22,46 \pm 4,56$ anos. Em relação ao consumo de micronutrientes, observou-se o consumo adequado para tiamina em 72,4%, niacina em 69,2%, riboflavina em 84,6%, piridoxina em 66,7%, vitamina C em 55,2%, sódio em 55,1%, ferro em 82,0%, zinco em 89,9% dos pacientes. O consumo insuficiente foi encontrado para vitamina A em 92,1%, potássio em 98,7% e cálcio em 66,7% dos pacientes. Outro aspecto observado foi a ingestão excessiva de niacina em 12,9%, zinco em 1,3% e cálcio em 1,3% dos pacientes. **Conclusão:** O consumo alimentar deficitário e excessivo para micronutrientes entre os pacientes retrata o hábito alimentar inadequado. Tais achados serão norteadores ao atendimento realizado com os estudantes no ambulatório para traçar ações de educação alimentar e nutricional, visando o desenvolvimento de hábitos mais saudáveis e a promoção da saúde.

Palavras-chave: Consumo alimentar; Estudantes; Micronutrientes.