



BOLETIM PRIMAVIDA

Consultoria e Assessoria Nutricional

04/08/2008

ANO 1, NÚMERO 3



Quem Somos:

Nutricionistas responsáveis:

Dra. Flávia Fuzzi Barroso CRN 7030

Dra. Tamara E. Stulbach CRN 7199



Nosso dever é:

A orientação alimentar adequada, aplicando o conhecimento científico, inclusive da nutrição funcional, de forma ética, independente dos níveis de necessidade, de fases de vida, de limites sócio – econômicos e culturais, visando, assim, um único objetivo: *a saúde e a vitalidade do ser humano.*

Atividades desenvolvidas

Neste mês de férias a Primavitta não parou! **Foi vez de trabalhar com os funcionários da cozinha e colaboradores.** Eles receberam um treinamento em quatro módulos sobre higiene pessoal e saúde; higiene do local de trabalho, dos materiais e utensílios, dos alimentos; armazenamento e distribuição dos alimentos. Isso tudo já está sendo colocado em prática.

Os professores não ficaram de fora! Durante a semana de capacitação, a Primavitta abordou o tema "Educação Nutricional e Qualidade de Vida", através do qual adquiriram conhecimentos sobre alimentos, nutrientes, porções alimentares, comportamento alimentar, distúrbios alimentares (obesidade, anorexia e bulimia) e educação nutricional. A partir dessas informações, o professor passa a ter maiores subsídios para acompanhar o aluno durante as refeições, observando o comportamento alimentar do mesmo e incentivando a alimentação saudável, contando com o suporte para encaminhar qualquer dúvida ou caso especial ao nutricionista.

Programação de agosto Primavitta

Terminado o mês de férias, a Primavitta dará continuidade ao trabalho de **Educação Nutricional com os alunos**, através das oficinas educativas.

Cardápio: ao consultar o cardápio no site, pode-se observar novas preparações que são incluídas com o objetivo de incrementar o valor nutricional das refeições, além de proporcionar conhecimento alimentar. Também aconselhamos que consultem sempre o **"Alimento da Semana"** e adquiram maiores informações sobre um alimento que se destaca por seu valor nutricional.





Dicas PRIMAVITTA:

Dislipidemia infantil

Geralmente as manifestações clínicas de doença arterial coronariana acometem indivíduos adultos. Porém vários estudos têm demonstrado que a doença aterosclerótica da camada íntima-média arterial surge na infância, sem manifestações, progredindo a partir dos 30 anos de idade.

A grande preocupação em relação a este fato, é que as dislipidemias são os fatores de risco mais importantes para o desenvolvimento da aterosclerose e de suas complicações e têm sido objeto de estudos em crianças e adolescentes, devido á alta prevalência encontrada nesta faixa etária (dois a 19 anos) e a identificação de que a colesterolemia na infância é um fator preditor da lipemia na idade adulta, sendo a doença arterial coronariana a principal causa de morbimortalidade no Brasil.

A alimentação na fase escolar é um assunto que preocupa o mundo todo. Estudos recentes realizados nos Estados Unidos avaliaram o consumo alimentar de crianças nas escolas, mostrando sua relação com o comportamento alimentar e obesidade. Apesar de haver políticas para controle de fornecimento de alimentos de acordo com as necessidades infantis, a oferta de alimentos altamente calóricos ocorre em larga escala, sendo um fator de risco para a obesidade infantil e demais complicações.

No Brasil, estudos apontam para a necessidade da adoção de medidas preventivas com relação às doenças cardiovasculares, como programas educacionais nas escolas para as crianças e suas famílias, os quais devem enfatizar a importância de hábitos alimentares saudáveis e da prática de atividades físicas regulares.

A oferta de alimentos saudáveis pode ser uma medida eficiente. Estudo realizado na Europa avalia os hábitos alimentares desta faixa etária, relacionando as preferências do gosto e consumo de frutas e verduras, uma vez que estes alimentos geralmente possuem menor consumo entre as crianças em idade escolar. O estudo evidencia que motivar o consumo e promover o acesso a tais alimentos pode estar relacionado diretamente ao aumento de seu consumo.

Sendo assim, motivar o consumo de alimentação saudável pode evitar o surgimento de doenças que possuem início na infância, apesar de se manifestarem na idade adulta.

Fontes:

-Finkelstein DM et al. School Food Environments and Policies in US Public Schools. PEDIATRICS. 2008;122 (1).

-Eliana Cotta de Faria et al. Lípides e lipoproteínas séricos em crianças e adolescentes ambulatoriais de um hospital universitário público. Rev Paul Pediatr 2008;26(1):54-58.

-Brug J et al. Taste preferences, linking and other factors related to fruit and vegetable intakes among schoolchildren: results from observational studies. British Journal of Nutrition. 2008: 99(S1);7-14.

Até a próxima!