



SERVIÇO DE NUTRIÇÃO

A prevenção, o controle de obesidade e suas comorbidades, bem como de outras doenças, é de suma importância, uma vez que os militares devem se manter hígidos e prontos para a execução das atividades de rotina, manobras, missões e treinamentos. A Nutrição contribui para o bem-estar, saúde e prevenção de doenças. Nesse sentido, o Serviço de Nutrição da UMEsq é responsável pelo acompanhamento nutricional de militares e servidores civis lotados nas Organizações Militares (OM) do Complexo Naval de Mocanguê (CNM). Além disso, participa das ações de saúde desenvolvidas na Esquadra e realiza apoio aos Navios atracados e docados na Base Naval do Rio de Janeiro (BNRJ).

Os atendimentos ambulatoriais realizados pelo serviço de Nutrição são divididos em consultas de primeira vez e de retorno. Na consulta de primeira vez, o estado nutricional do paciente é avaliado através de diagnóstico clínico, exames laboratoriais, anamnese e avaliação antropométrica. A partir desses dados, são elaborados o plano alimentar e as orientações dietoterápicas ao paciente. Nas consultas de retorno, são realizadas novas avaliações com o objetivo de verificar os resultados do tratamento proposto e alterações na prescrição dietética conforme necessidade de cada paciente. As consultas são realizadas através de agendamento prévio, ou por encaminhamento médico, via setor pericial para tratamento específico. Em média, são atendidos 450 pacientes por ano e destacam-se atendimentos para sobrepeso, obesos, dislipidemias e hipertensos.

Com o objetivo de oferecer maior qualidade ao serviço, a UMEsq adquiriu uma

balança de bioimpedância para o Setor de Nutrição. Este equipamento é capaz de estimar a composição corporal e o estado nutricional de indivíduos saudáveis e em diversas situações clínicas, como desnutrição, traumas, hepatopatias, insuficiência renal, gestação, entre outras, tornando o atendimento nutricional mais completo e diferenciado.



Foto: Atendimento no Serviço de Nutrição.

O serviço de Nutrição também presta apoio aos meios operativos através de orientações de Boas Práticas nos Serviços de rancho dos navios, conforme solicitação. Sabe-se que os hábitos alimentares possuem relação direta com a manutenção da saúde, hígidez física e prevenção de doenças. Nesse contexto, os ranchos ganham destaque especial devido a importância da alimentação equilibrada a bordo, garantindo conforto e saúde aos militares. Assim, nos últimos anos, o Serviço de Nutrição da UMEsq prestou apoio tanto a navios atracados no cais da BNRJ, quanto em importantes comissões, tais como: *Comissão Amazônia Azul – Mar limpo é vida*, *POIT*, *Ciasa - Navio Escola Brasil*, *Ciasa - Cisne Branco*, *Aspirantex*.



Durante o destaque em navios, algumas das principais atividades desenvolvidas pela Nutrição são:

- Assessoria na confecção de cardápios para as comissões realizadas, avaliando as preparações servidas e fornecendo novas sugestões, seguindo a Política Nutricional da Marinha e considerando a realidade financeira, operacional e logística de cada navio;
- Organização do Paiol de mantimentos em observância à RDC 216 (regulamento técnico de Boas Práticas para Serviços de Alimentação, aprovado pela Diretoria Colegiada da Agência Nacional de Vigilância Sanitária, ANVISA);
- Supervisão da limpeza e arrumação da cozinha e ranchos, de acordo com as normas da ANVISA;
- Orientação e treinamento dos militares da cozinha e do rancho quanto à higiene e boas práticas de fabricação e manipulação dos alimentos;
- Coordenação de mutirão de limpeza e organização específicos para cozinhas industriais;
- Orientação quanto à redução do desperdício de alimentos;
- Confecção de “Manual de Boas Práticas da Alimentação em Segurança Alimentar”; e

- Pesquisa de Satisfação em relação à qualidade do rancho.

O serviço de nutrição também realiza atendimento individualizado dos militares durante as comissões e destaques nos navios, incluindo avaliação nutricional e prescrição dietética juntamente com a realização de Censo de Saúde, com objetivos de investigar o estado de saúde geral das tripulações.

Para a promoção de saúde, também são realizadas ações educativas, tais como palestras sobre alimentação saudável em navios e Organizações Militares da Esquadra, tendo por finalidade fornecer orientação aos militares sobre hábitos alimentares saudáveis e modificações de estilo de vida. A educação continuada sobre hábitos saudáveis de vida é fundamental para o enfrentamento da obesidade e das demais doenças crônicas não transmissíveis.

Assim, destaca-se a importância do Serviço de Nutrição da UMEsq que contribui para a manutenção de saúde e prevenção/tratamento de doenças dos militares do CNM e meios operativos, através dos antedimentos nutricionais e de ações educativas realizadas nas OM.

Autoras:
Capitão-Tenente (S) AMANDA de Faria BARROS; e
Primeiro-Tenente (RM2-S) ANA LUISA de Souza Oliveira.