

## A IMPORTÂNCIA DE DESENVOLVIMENTO DE CARDÁPIOS PARA PACIENTES COM RESTRIÇÕES DIETÉTICAS EM HOSPITAIS.

Itamara Chiesa  
Lígia Machado Prieto

### Resumo

O desenvolvimento de cardápios em ambiente hospitalar é uma etapa essencial para garantir qualidade no cuidado nutricional, principalmente para pacientes com restrições alimentares. Um planejamento bem estruturado permite oferecer refeições equilibradas, seguras e adaptadas, capazes de atender às necessidades específicas decorrentes de doenças ou condições clínicas. Nesse contexto, a alimentação adequada tem papel fundamental na recuperação da saúde, na prevenção de complicações relacionadas a dietas inadequadas e na promoção do bem-estar durante a internação.

Palavras-chave: alimentação hospitalar, restrições dietéticas, planejamento de cardápio.

### Introdução

A alimentação por via oral (VO) é a forma mais natural de nutrição e está diretamente ligada ao conforto, à satisfação e à recuperação do paciente hospitalizado. A dieta oral hospitalar (DOH), quando planejada de forma individualizada, deve atender às necessidades clínicas, nutricionais e sensoriais, respeitando preferências, intolerâncias e restrições. Esse cuidado contribui para melhores resultados clínicos e para a prevenção da desnutrição hospitalar, que ainda afeta entre 30% e 50% dos pacientes internados. Nesse

cenário, o nutricionista tem papel central, acompanhando o consumo alimentar, ajustando as condutas nutricionais e zelando pela qualidade das preparações servidas. Estratégias como a gastronomia hospitalar, a flexibilização dos cardápios e o estímulo à participação do paciente no processo alimentar têm se mostrado eficazes para aumentar a aceitação da dieta. Dessa forma, investir na melhoria dos cardápios hospitalares e na padronização das práticas relacionadas à DOH é essencial para enfrentar a desnutrição, reduzir o tempo de internação e oferecer um cuidado mais humanizado.

#### Objetivo

Elaborar cardápios hospitalares que contemplem as diferentes restrições dietéticas, visando à oferta de refeições seguras e nutricionalmente adequadas, capazes de contribuir para a prevenção e o manejo da desnutrição hospitalar.

#### Metodologia

O estudo foi realizado em uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) hospitalar, incluindo unidades de internação clínica e cirúrgica, durante estágio supervisionado. Para avaliar a importância do desenvolvimento de cardápios voltados a pacientes com restrições dietéticas, seguiram-se as etapas:

1. Coleta de dados: identificação das restrições alimentares (hipossódica, isenta de glúten, isenta de lactose e dietas específicas para doenças). As refeições oferecidas foram analisadas quanto à composição nutricional e à viabilidade de produção.
2. Elaboração e implementação dos cardápios: criação de cardápios específicos para cada restrição, além de treinamentos com a equipe de cozinha para garantir preparo e manipulação adequados.
3. Avaliação dos resultados: análise da adequação nutricional das refeições em relação às recomendações dietéticas, observação da aceitabilidade (medida pelo volume de sobras), verificação do cumprimento das boas práticas de manipulação, bem como análise de custos, desperdícios e perdas.

### Resultados

Os cardápios elaborados atenderam às recomendações nutricionais para cada tipo de restrição, com destaque para a redução adequada do teor de sódio em dietas hipossódicas e para a exclusão segura de alimentos com glúten e lactose. Houve melhora na padronização das preparações, garantindo mais consistência no processo produtivo, além de maior atenção às práticas de segurança alimentar. Também foi observado maior engajamento da equipe após os treinamentos. Em relação aos custos, a adaptação dos cardápios não gerou aumento expressivo nas despesas operacionais e ainda contribuiu para reduzir desperdícios.

### Discussão

Os resultados indicam que o desenvolvimento de cardápios hospitalares vai além da adequação nutricional: ele também envolve a humanização do cuidado. Treinar a equipe sobre a relevância da DOH, aplicar técnicas de gastronomia hospitalar e valorizar o sabor, a textura e a apresentação dos pratos foram medidas importantes para aumentar a aceitação das refeições. Pratos saborosos, atrativos e servidos em porções e temperaturas adequadas favorecem a adesão do paciente ao tratamento e aceleram sua recuperação clínica. Além disso, respeitar preferências pessoais, hábitos culturais e crenças religiosas reforça a individualização do cuidado e a sensação de acolhimento durante a internação. A atenção ao ambiente das refeições e a diversidade dos cardápios, ajustados à sazonalidade, também se mostraram estratégias relevantes para elevar a satisfação, reduzir desperdícios e consolidar a assistência nutricional como parte essencial do tratamento.

### Conclusão

A implementação de cardápios específicos para pacientes com restrições dietéticas mostrou-se eficaz para garantir a adequação nutricional, a segurança alimentar e a boa aceitação das refeições no ambiente hospitalar. O estudo reforça a importância do nutricionista como gestor do processo alimentar, destacando o planejamento adequado, a capacitação da equipe e a valorização da qualidade sensorial e cultural das preparações

como estratégias fundamentais para oferecer um cuidado seguro, humanizado e efetivo no tratamento hospitalar.

Referencias Bibliográficas.

DOCK-NASCIMENTO, Diana Borges et al. Dieta oral no ambiente hospitalar: posicionamento da BRASPEN. BRASPEN Journal, v. 37, n. 3, p. 207-227, 2023.

DA COSTA FISCHER, Crislaine et al. Estratégias gastronômicas para melhorar a aceitabilidade de dietas hospitalares: uma breve revisão. Research, Society and Development, v. 10, n. 5, p. e42510515138, 2021.

DE CURSO, Trabalho de Conclusão. Nutrição e gastronomia na humanização hospitalar. 2022. Tese (Doutorado em Nutrição) – Universidade Presidente Antônio Carlos, 2022.

E-mails - itamarachiesa14k@gmail.com