

UM CUIDADO MUITO ALÉM DA NUTRIÇÃO

Tem algo mais fascinante do que a alimentação? O comportamento relativo à comida: o quê, onde, como, com que frequência e como nos sentimos quando comemos, permite a compreensão de aspectos sociais, valores e significados dos indivíduos e grupos em determinada sociedade. É pela boca que conhecemos a cultura de um determinado local, por isso, é comum observarmos um turista experimentando a comida típica do lugar em que visita para sentir-se como membro daquele espaço. Percebemos assim que o alimento não é apenas uma substância que satisfaz as necessidades biológicas, e sim algo envolto de aspectos humanos, sociais, culturais e antropológicos. O nutricionista é o profissional que tem como instrumento de trabalho o bem mais necessário a todos os seres humanos, o alimento. Esse profissional tem a capacidade de compreender o alimento com todos os seus nutrientes e funções, transcendendo o ato de nutrir.

As práticas alimentares são motivadas por várias razões, muitas delas distanciadas da nutrição propriamente dita: o início e a manutenção das relações pessoais e de negócios; a expressão do amor e carinho; celebrações de aniversários e casamentos; a distinção de determinada etnia; celebração de algum ato religioso; a reação a um estresse emocional; o significado de status social; recompensas ou castigos; fortalecimento da autoestima; prevenção e tratamento de enfermidades físicas e mentais; mudanças de hábitos, dentre outros. A vastidão do tema envolvendo alimentação é intimidante, pois o ser humano alimenta-se com diferentes objetivos. A formação interdisciplinar do nutricionista permite que ele supere o fracionamento do conhecimento restrito a nutrição, permitindo compreender e se trabalhar com a complexidade que envolve alimentação.

O perfil da saúde da população brasileira e a transição epidemiológica, decorrentes das mudanças no perfil demográfico e nutricional da população, vêm promovendo profundas alterações no padrão de morbimortalidade e no estado nutricional em todos os ciclos de vidas. O perfil nutricional e alimentar está diretamente vinculado ao padrão de morbimortalidade da população, indicando a ascensão das doenças não transmissíveis (DCNT), as quais se mostram fortemente associadas às condições de nutrição e ao estilo de vida impostos pela sociedade moderna. É nesse contexto que o nutricionista se torna um importante e expressivo promotor de saúde, estimulando mudanças nos hábitos alimentares e

consequentemente, melhoria no estado nutricional, proporcionando benefícios à saúde da população e redução de gastos públicos.

Como precisamos comer para viver, nenhum outro comportamento não automático se liga de modo tão íntimo à nossa sobrevivência. O ato de comer envolve todas as etapas do processo alimentar, desde a aquisição do alimento até o seu consumo. O profissional nutricionista é o único profissional capacitado para ter envolvimento direto em todas essas etapas. Durante esse processo é possível empoderar e aumentar a capacidade do outro em fazer boas escolhas, através de estratégias para lidar com os problemas, promovendo maior longevidade e qualidade de vida ao indivíduo e na sociedade na qual ele está inserido.

O nutricionista conhecido, equivocadamente como o “repressor”, “contador de calorias”, “promotor de dietas restritivas”, “aquele que proíbe”, hoje assume sua postura de profissional de saúde completo e atrelado a inúmeras esferas do cotidiano da sociedade. Em consequência disso conquistamos mais espaços em diferentes setores. Que essa mudança reflita na categoria como um todo, promovendo maior visibilidade para a união e fortalecimento do profissional, pois somos os representantes ideais da ciência que alimenta a vida, a Nutrição.