

GASTRONOMIA HOSPITALAR NA PEDIATRIA

Vanessa Cardoso Moreira¹; Heloisa Fernanda Pereira Rodrigues¹; Juliana Ferreira^{2,4}; Allison Camargo Canoa^{3,4*}

¹ Graduanda em Gastronomia – Faculdades Integradas de Três Lagoas - FITL/AEMS; ² Doutora em Engenharia e Ciência de Alimentos – UNESP; ³ Esp. em Engenharia Industrial 4.0 – UNOPAR e em Engenharia e Gestão da Produção – UniCESUMAR, docente das Faculdades Integradas de Três Lagoas - FITL/AEMS

* autor correspondente: ALLISONCANOATL@hotmail.com

RESUMO

A aquisição de alimentos e a utilização de técnicas gastronômicas possui o potencial de ser uma alternativa de produção de melhorias nos aspectos sensoriais das refeições e redução de custos, por meio da redução do desperdício alimentar. Algumas patologias e medicações podem alterar a sensibilidade ao sabor do alimento e até mesmo anulá-lo, logo a gastronomia oferece um conjunto de práticas culinárias que podem ser utilizadas para melhorar a refeição servida, aliando a prescrição dietética e restrições do paciente à qualidade sensorial. A dieta hospitalar desempenha papel co-terapêutico na recuperação dos pacientes com doenças crônicas ou agudas. O objetivo da pesquisa foi avaliar a adequação da dieta hospitalar, em relação às recomendações nutricionais (macro e micronutrientes) em pacientes pediátricos. Para a construção do presente trabalho, optou-se pela coleta de artigos no Google Acadêmico, pertinentes ao tema. A leitura dos artigos foi realizada e, a partir da mesma, coletaram-se dados, que foram convertidos em informações e inseridos no texto. O trabalho permitiu concluir que as crianças têm dificuldade na aceitabilidade de dietas quando estão doentes e isso prolonga a estadia no hospital. A melhor opção é utilizar do lúdico, variando em cores, formas na apresentação do prato, fazendo que assim abra seu apetite.

PALAVRAS-CHAVE: crianças; lúdico; alimentação; gastronomia; dieta.

1 INTRODUÇÃO

Desde a antiguidade, a associação entre alimentação, dietética e saúde é descrita como recurso terapêutico. A alimentação é um dos fatores relevantes para a recuperação da saúde do paciente, além de se destacar como um elemento de conforto e qualidade. A aquisição de alimentos e a utilização de técnicas gastronômicas possui o potencial de ser uma alternativa de produção de melhorias nos aspectos sensoriais das refeições e redução de custos, por meio da redução do desperdício alimentar (JANES et al., 2013).

As crianças internadas, principalmente os pacientes oncológicos, realizam tratamentos muitas vezes invasivos, ficando muito tempo dentro do

ambiente hospitalar, resultando em diversos efeitos colaterais, pois não há outra atividade para entretenimento. Outras patologias e medicações podem alterar a sensibilidade ao sabor do alimento e até mesmo anulá-lo, logo a gastronomia oferece um conjunto de práticas culinárias que podem ser utilizadas para melhorar a refeição servida, aliando a prescrição dietética e restrições do paciente à qualidade sensorial. Alguns exemplos de alterações que podem ser feitas são: uso de temperos naturais, utilizando os ingredientes disponíveis a produção de purês, bolos, rocamboles, *cookies*, *milk-shakes* e *smooth* (SILVA, 2018).

A dieta hospitalar desempenha papel co-terapêutico na recuperação dos pacientes com doenças crônicas ou

agudas. No entanto, sua importância é pouco reconhecida pelos profissionais de saúde.

O objetivo dessa pesquisa foi avaliar a adequação da dieta hospitalar, em relação às recomendações nutricionais (macro e micronutrientes) em pacientes pediátricos.

Para a construção do presente trabalho, optou-se pela coleta de artigos no Google Acadêmico, pertinentes ao tema. A leitura dos artigos foi realizada e, a partir da mesma, coletaram-se dados, que foram convertidos em informações e inseridos no texto. Outras fontes, das quais coletaram-se dados e imagens, incluem páginas na internet que forneceram algumas imagens.

2 DIETAS HOSPITALARES

Gastronomia hospitalar é a prática de conciliar a prescrição dietética e restrições alimentares de pacientes à boa alimentação, a fim de promover nutrição e saúde (JORGE, 2012).

2.1 Tipos de dietas hospitalares

2.1.1 Dieta de rotina

Utilizada para períodos curtos, pós-operatório ou para pacientes que não possuem dificuldade para se alimentar. Não costuma possuir restrições no seu conteúdo, apenas consistência (GRUPO RISOTOLÂNDIA, 2020).

2.1.2 Dieta geral

Os alimentos são mantidos de forma natural. Possui como principal característica de ser balanceada e levar todos os nutrientes ao paciente. Seus principais componentes são: arroz, pão, derivados de leite, hortaliças, carnes, ovos, peixes sem pele e sem gordura além de outros derivados, mas sempre mantendo a mesmas características (GRUPO RISOTOLÂNDIA, 2020).

Uma ilustração de um prato elaborado, de acordo com a dieta geral, pode ser apresentada na Figura 1. A refeição

consiste em arroz, feijão, macarrão, frango, salada de cenoura e alface e gelatina de morango, como sobremesa.

Figura 1. Exemplo de prato elaborado em conformidade com a dieta geral.



Fonte: Extraído de Hospital Imaculada Conceição, 2016.

2.1.3 Dieta branda

Composta por arroz, feijão, carnes, legumes, saladas, vegetais cozidos e frutas. Opta-se pela prescrição do consumo de alimentos de fácil mastigação e digestão, sendo indicada para pacientes que possuam complicações nesse sentido (GRUPO RISOTOLÂNDIA, 2020).

Uma ilustração de um prato elaborado, de acordo com a dieta branda, pode ser apresentada conforme a Figura 2. É uma refeição que contém carne moída, purê de batata, cenoura e chuchu.

Figura 2. Exemplo de prato elaborado em conformidade com a dieta branda.



Fonte: Extraído de Busca Hospitalar, 2021.

2.1.4 Dieta pastosa

A dieta pastosa é prescrita em casos mais delicados, nos quais os

pacientes precisam ingerir alimentos com nenhuma ou com pouca mastigação; é feita de alimentos que podem ser transformados em papas, purê ou amassados (GRUPO RISOTOLÂNDIA, 2020).

Uma ilustração de um prato elaborado, de acordo com a dieta pastosa, pode ser apresentada conforme a Figura 3. A refeição consiste em purê de beterraba, purê de batata, caldo de arroz e feijão e frango cozido amassado.

Figura 3. Exemplo de prato elaborado em conformidade com a dieta pastosa.



Fonte: Extraído de Nutri de Uan, 2016.

2.1.5 Dieta líquida-pastosa

É prescrita para pacientes que possuem problemas no trato gastrointestinal, mastigação, digestão e deglutição. Feita com alimentação batidos ou amassados (GRUPO RISOTOLÂNDIA, 2020).

Uma ilustração de um prato elaborado, de acordo com a dieta líquida-pastosa, pode ser apresentada conforme a Figura 4, consistindo em sopas.

Figura 4. Exemplo de prato elaborado em conformidade com a dieta líquida-pastosa.



Fonte: Extraído de Sabor à Vida, 2017.

2.1.6 Dieta líquida complementada

Indicada para pacientes que precisam se hidratar, com problemas gastrointestinais e de mastigação. Nas preparações fazem parte: sopas, sucos, caldos e mingais (GRUPO RISOTOLÂNDIA, 2020).

Uma ilustração de um prato elaborado, de acordo com a dieta líquida complementada, pode ser apresentada conforme a Figura 5.

Figura 5. Exemplo de prato elaborado em conformidade com a dieta líquida-complementada.



Fonte: Extraído de Meta à Colher, 2013.

É importante ressaltar que a prescrição da dieta depende das necessidades nutricionais do paciente. Portanto, como cada situação é específica, a alimentação precisa ser tratada com cuidado. Além disso, é importante que o paciente cumpra corretamente o que lhe foi prescrito. Somente dessa forma, haverá uma recuperação rápida e da maneira correta (DIAS, 2016).

2.2 Receitas hospitalares

Para que paciente apresente melhora, algumas receitas são utilizadas, para recompor nutrientes. São receitas que contém alimentos simples, mas que garante um progresso significativo no seu quadro de saúde.

2.2.1 Canja de hospital

2.2.1.1 Ingredientes

A lista com os ingredientes pode ser conferida no Quadro 1.

Quadro 1. Ingredientes e suas respectivas porções para elaborar canja hospitalar.

INGREDIENTES	PORÇÃO
Arroz branco (cru)	½ xícara de chá
Asa de frango com pele (cozida)	8 unidades
Caldo de peite de frango com azeite	1 unidade

Fonte: Adaptado de Vidal, 2008.

2.1.1.2 Informações nutricionais

As informações se referem a uma porção de 53 g. Os valores estão dispostos no Quadro 2.

Quadro 2. Ficha nutricional de canja hospitalar.

PARÂMETRO	QUANTIDADE
Calorias	159,22 kcal
Carboidratos	9,59 g
Proteínas	11,61 g
Gorduras Totais	11,51 g
Gordura Saturada	2,36 g
Gordura Trans	0,00 g
Fibras	0,19 g
Sódio	317,92 mg

Fonte: Adaptado de Vidal, 2008.

2.2.2 Caldo de Legumes

A lista com os ingredientes pode ser conferida no Quadro 3.

Quadro 3. Ingredientes e porções para caldo de legumes.

INGREDIENTES	PORÇÃO
Cenoura (rodela)	3 unidades
Cebola	3 unidades
Salsão	A gosto
Salsa	A gosto
Folha de Louro	A gosto
Água	1 litro
Sal	A gosto

Fonte: Adaptado de Vidal, 2008.

2.2.3 Mingal de cereal com frutas

A lista com os ingredientes pode ser conferida no Quadro 4.

Quadro 4. Ingredientes e porções para mingau de cereal com frutas.

INGREDIENTES	PORÇÃO
Leite Animal ou Vegetal	1 litro
Cereal em flocos	1 ½ xícara
Maçã	1 xícara

Continuação do Quadro 4.	
Banana	1 xícara
Canela ou raspa de laranja	1 colher de chá

Fonte: Adaptado de Vidal, 2008.

2.2.4 Milk Shake de Goiaba

A lista com os ingredientes pode ser conferida no Quadro 5.

Quadro 5. Ingredientes e Porções para um Milk Shake de Goiaba.

INGREDIENTES	PORÇÃO
logurte desnatado	2 xícaras
Leite desnatado (em pó)	2 colheres de sopa
Goiaba (com sementes e sem casca)	1 xícara
Mel	2 colheres de sopa

Fonte: Adaptado de Vidal, 2008.

2.3 O desafio alimentar de uma criança

A alimentação de uma criança é uma tarefa árdua. Muitas vezes a indução da ingestão de verduras e legumes se torna um grande desafio. Uma maneira simples de deixar o prato mais atraente é fazendo desenhos com a comida, como o rosto de um palhaço, uma carinha feliz e até mesmo um cenário. Além dessas medidas, outras podem ser enumeradas como alternativas que possibilitem uma maior curiosidade e atração da criança pelo alimento (DONELLI, 2015).

2.3.1 Utilizar alimentos coloridos

Ao preparar os pratos, use e abuse de alimento coloridos, dando preferência aos de cores fortes (DONELLI, 2015).

2.3.2 Cozinhe a vapor

Alimentos podem ser servidos crus (e ficam até mais saudáveis e gostosos). No cozimento a vapor os alimentos não perdem tanto a cor, preservam os nutrientes além de manter a textura e sabor do alimento (DONELLI, 2015).

2.3.3 Não use corantes (DONELLI, 2015).

2.3.4 Programe-se

Depois que você começar a usar a criatividade na hora das refeições, seu paciente vai ficar empolgado e vai criar uma expectativa em relação a “o que será que tem hoje?” (DONELLI, 2015).

2.3.5 Utilizar de estratégia lúdica

Usar também de estratégia lúdica para entreter a criança hospitalizadas. Entender que estratégia lúdica são compreendidas majoritariamente como uma forma de entreter/distrair as crianças hospitalizadas.

Utilizam-se materiais hospitalares, brincadeiras, desenhos, conversa/amizade, vestimentas diferenciadas e descrição de histórias, especialmente, durante os cuidados procedimentais ou até mesmo em comidas diferentes, acompanhada de doces, desenhos, um milkshake de sobremesa.

Identificam-se, contudo, fatores limitantes do uso dessas estratégias lúdicas no cuidado à criança, como a escassez de recursos/materiais/investimentos, o medo das crianças em relação aos profissionais e aos procedimentos, a falta de tempo e a presença dos familiares e na recuperação (PAULA, 2019).

2.4 A importância do lúdico na alimentação da criança

Propiciar um ambiente lúdico para as crianças é muito importante, pois isso pode ajudar a deixar o momento de aprendizado e desenvolvimento delas mais divertido. De uma forma simples e fácil é possível deixar o ambiente onde a criança come mais bonito e alegre (FIN'ARTE ALIMENTOS, 2021).

Fazer comidas diferentes e divertidas também ajuda muito no momento da refeição e ainda faz com que a criança sinta ainda mais prazer em comer. Por exemplo, use brownie de chocolate pronto para fazer alguma receita que seja deliciosa ou aproveite para cortá-lo em formatos diferentes, formando carrinhos, bonecos, formas geométricas,

entre outras figuras (FIN'ARTE ALIMENTOS, 2021).

Claro, é importante que a criança pare para comer, mas, muitas vezes, é preciso que os pais consigam distraí-las para que a refeição fique mais divertida. Por exemplo, use a dica de comidas em formatos divertidos e aproveite esse modo para contar histórias para que a criança fique concentrada (FIN'ARTE ALIMENTOS, 2021).

3 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Levando em consideração ao que foi abordado, sobre a alimentação hospitalar infantil, percebe-se que crianças tem dificuldade na aceitabilidade de dietas quando estão doentes e isso prolonga a estadia em ambiente hospitalar.

Desta maneira a melhor forma é utilizar do lúdico e da imaginação, variando em cores e formas na apresentação do prato, com isso a criança pode apresentar um interesse maior pela comida, abrindo o apetite. Consequentemente, a gastronomia hospitalar torna-se uma parte importante para elaboração de pratos e na recuperação do estado nutricional da criança.

REFERÊNCIAS

BUSCA HOSPITALAR. Lista de Produtos: Dieta Branda. Disponível em: <<http://buscahospitalar.com.br/detalhes.aspx?prod=5019>>. 2021.

DIAS, A. L. Dietas hospitalares. 2021. Disponível em: <http://cm-kls-content.s3.amazonaws.com/unified_closet/03082898114/document/%2820160905220835%29DIETAS%20HOSPITALARES%202016-2pptx.pdf>.

DONELLI, G. Pais e filhos. UOL. 2015. 8 maneiras de deixar a comida mais bonita. Disponível em: <<https://paisefilhos.uol.com.br/crianca/8-maneiras-de>

deixar-a-comida-mais-bonita/>.

FIN'ARTE ALIMENTOS. A Importância do Lúcido na Alimentação da Criança. 2021. Disponível em: <<https://finartealimentos.com.br/blog/a-importancia-do-ludico-na-alimentacao-da-crianca/>>.

GRUPO RISOTOLÂNDIA. Conheça os principais tipos de dietas hospitalares. 2020. Disponível em: <<https://risotolandia.com.br/tipos-de-dietas-hospitalares/>>.

HOSPITAL IMACULADA CONCEIÇÃO. Gastronomia Hospitalar, um novo conceito. 2016. Disponível em: <<https://himaculada.com.br/2016/06/23/gastronomia-hospitalar-um-novo-conceito/>>.

JANES, J. L. J. et al. Universidade Metodista de São Paulo. 2010. Disponível em: <<https://www.metodista.br/congressos-cientificos/index.php/CM/TG/paper/viewPaper/958>>.

META A COLHER. 2013. Disponível em: <<https://metacolher.wordpress.com/2013/04/17/dieta-liquida-res-trita/>>.

NUTRI DE UAN. 2016. Disponível em: <<https://nutrideuan.com/2016/12/19/al-moco-da-dieta-para-disfagia-cremosa/amp/>>.

PAULA, G. K. et al. Estratégias Lúdicas no Cuidado de Enfermagem à Criança Hospitalizada. UFPE. 2019. Disponível em: <<https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/download/238979/32465>>.

SABOR A VIDA. Gastronomia. Estado de São Paulo. Dietas Hospitalares: conheça os tipos existentes. 2017. Disponível em: <<https://www.saboravida.com.br/gastronomia/2017/04/25/dietas-hospitalares/>>.

SILVA, J. C. C. et al. Gastronomia hospitalar para Pacientes Pediátrico: uma revisão de literatura. *Internacional Journal of Nutrology*, v. 11, S 01, p. 419, 2018. Disponível em: <<https://www.thieme-connect.com/products/ejournals/html/10.1055/s-0038-1674716>>.

SILVA, B. A. S. Adequação entre as Necessidades e o Aporte Nutricional Oferecido e o Consumo Alimentar dos Pacientes Pediátricos Internados em um Hospital Público Infantil de Ensino. Fundação Oswaldo Cruz. Instituto Fernandes Figueira. Pós-graduação em Saúde da Criança e da Mulher. 2011. Disponível em: <https://teses.icict.fiocruz.br/pdf/Bianca_Silva.pdf>.

VIDAL, E.L. Saúde com sabor: receitas para uma vida saudável. 8ª ed. Casa Publicadora Brasileira. Tatuí/SP. 2008.