

QUAL A DIFERENÇA DE NUTRÓLOGO E NUTRICIONISTA

Nutrologia é a especialidade médica clínica que se dedica ao diagnóstico, prevenção e tratamento de doenças do comportamento alimentar. Os médicos nutrólogos não devem ser confundidos com nutricionistas. No Brasil, por exemplo, segundo a Lei nº 8.234, de 17 de setembro DE 1.991 (DOU 18/09/1991), é privativo do nutricionista a prescrição dietética, cabendo a este profissional a prescrição dietética e educação nutricional (em pacientes doentes ou não). Nutrólogos procuram dar orientações sobre a alimentação mais equilibrada para correção do peso e manutenção da saúde, recuperação de estados deficitários, acompanhamento de pessoas com necessidades especiais (atletas, idosos, crianças, etc.) estudando a ação biológica dos nutrientes dos alimentos. A parte da prescrição dietética, por lei, cabe ao nutricionista, profissional habilitado e com formação exclusivamente voltada para tal ato. O nutricionista não prescreve medicamentos, ele te ensinará a alimentar-se corretamente e de forma individualizada, não existe milagre, existe educação, disciplina, conhecimento e pelo menos força de vontade por parte do paciente acompanhado. O nutricionista não segue dietas da moda, ele não prescreve a dieta apenas pelo seu IMC (índice de massa corporal), que se resume a fórmula $IMC = \text{Peso(kg)}/\text{altura}^2 \text{ (m)}$.

Nessa área é de grande importância uma abordagem multidisciplinar, fazendo com que a nutrologia sempre esteja associada a outras especialidades, a exemplo da endocrinologia, gastroenterologia, medicina esportiva, nutrição, psicoterapia, educação física, fisioterapia e terapia ocupacional. Nutricionista é um profissional com formação universitária que, trabalha no âmbito das Ciências da Nutrição e Alimentação, fazendo o estudo, orientação e vigilância da nutrição e alimentação intervindo nos domínios da adequação, qualidade e segurança alimentar, com o objetivo da promoção da saúde, prevenção e tratamento da doença. Se você pensa que a profissão de um nutricionista é moleza, que é só ficar atrás de uma mesa de consultório prescrevendo dietas, dizendo que uma boa alimentação é feita de 60% de carboidratos, 30% de lipídios e 10% de proteínas, está completamente enganado! Saiba que somente quem formou em Nutrição pode passar uma dieta (médicos endocrinologistas, sem formação em Nutrição, por exemplo, não podem) e que esta ciência não corta alimentos do seu dia-a-dia e, sim, equilibra a frequência e faz as interações alimentares corretas. Ser nutricionista exige, logo de cara, que você tenha intimidade com alimentos. Não que você precise cozinhar, mas é essencial que você goste de mexer com alimentos. Em segundo lugar, é preciso ser disciplinado. É claro que toda profissão exige disciplina. Só que a Nutrição faz você elaborar sua vida de trabalho, com seis meses de antecedência. "Tudo é muito planejado e o nutricionista é muito detalhista. Tudo deve ficar em ordem", explica o nutricionista e coordenador do curso de Nutrição da Unipac de Juiz de Fora, Renato Moreira Nunes. Um nutricionista deve ser um administrador não só de funcionários, de uma cozinha de hospital, mas, também, da ordenação dos equipamentos em uma cozinha. Ele é responsável pela organização. "Eu tenho que saber onde dispor os equipamentos, panelas... em locais adequados. Não é simplesmente colocar em um lugar e pronto". É a área de saúde interagindo com as exatas e a humanas. "Essa é a uma profissão que depende muito das outras". As grandes áreas de atuação de um nutricionista são: v Nutrição Clínica v Nutrição Social v Nutrição de Unidade de Alimentos A atuação na área Clínica é atendendo pacientes em hospitais e/ou consultórios. Na primeira consulta de um paciente, o nutricionista analisa o histórico da pessoa e da família. A primeira consulta dura em média uma hora podendo chegar até uma hora e meia. Investigamos desde a fase uterina da pessoa e analisamos as condições sócio-econômicas para chegar em um planejamento alimentar ideal. Tudo é feito de forma individualizada, não se segue uma dieta pronta, não é como prescrever um medicamento específico para uma determinada patologia. Cada indivíduo é tratado de forma diferenciada, conforme rotina, horários, atividade, sexo, idade, raça, patologias ou não. São avaliadas outras medidas, análise de composição corporal, circunferências e claro também o peso, mas não apenas pelo peso. A Nutrição Social é aquela em que se atua em creches, escolas (principalmente as públicas), prefeituras e aleitamento materno, por exemplo. A Unidade de Alimentos aplica seus conhecimentos na seleção de pessoal, fluxo de equipamentos, cotação de preços, organização e produção de refeições e assessoria em estabelecimentos que fornecem alimentos, como restaurantes. O profissional Nutricionista antes de tudo deve viver a sua profissão, ou seja, não pode existir esse ditado: "Faça o que eu falo e não faça o que eu faço!". O Nutricionista tem a obrigação de aplicar seus conhecimentos primeiramente nos seus hábitos alimentares e de sua família, diz a Nutricionista Kassyanna Giselle Hamester CRN 3104/PR.