

ESTRATÉGIAS DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR NA DOENÇA RENAL CRÔNICA EM ADULTOS

Kawani Mohamad YASSINE¹

Luiza Vieira MOIMAZ¹

Maria Eduarda Oliveira SILVA¹

Mariana Dias SCHLOSSER¹

Paola MENDANHA CARDOSO LIMA¹

Marina Satie TAKI²

¹Discente do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG).

²Nutricionista. Mestre em Biociências. Docente do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG).

Introdução: A Doença Renal Crônica (DRC) é um importante problema de saúde pública, caracterizada pela perda progressiva da função renal e frequentemente associada a hábitos alimentares inadequados. O consumo excessivo de alimentos ultraprocessados, ricos em sódio, açúcares, gorduras e aditivos químicos, pode contribuir para a sobrecarga dos rins e agravar o quadro clínico dos pacientes. Nesse contexto, a educação alimentar e nutricional destaca-se como uma estratégia relevante para promover a saúde, estimular mudanças de comportamento e fortalecer o autocuidado. **Objetivo:** Desenvolver estratégias educativas voltadas à orientação nutricional de pacientes adultos em tratamento de hemodiálise, promovendo maior conhecimento sobre hábitos alimentares saudáveis, prevenção de complicações e cuidados relacionados à saúde renal. **Métodos:** Trata-se de um estudo descritivo, com abordagem educativa e extensionista, realizado com pacientes adultos em tratamento de hemodiálise na clínica Inematt, envolvendo aproximadamente 300 participantes. As atividades foram conduzidas por cinco acadêmicos do curso de Nutrição e organizadas em três ações educativas: a dinâmica “Rim saudável x Rim sobrecarregado”, o painel interativo “Cuidados diários com os rins” e a atividade “Comendo na lanchonete sem prejudicar o rim”. Foram utilizados materiais educativos, recursos visuais, imagens ilustrativas e estratégias interativas para facilitar a compreensão e estimular a participação dos pacientes. **Resultados:** As ações educativas possibilitaram a disseminação de informações sobre os impactos do consumo excessivo de alimentos ultraprocessados na saúde renal, além de incentivar a adoção de hábitos alimentares mais saudáveis. As atividades favoreceram a conscientização dos participantes quanto à importância das escolhas alimentares adequadas, dos cuidados diários com os rins e das práticas de autocuidado relacionadas ao tratamento da DRC. **Conclusão:** Conclui-se que as ações de educação alimentar e nutricional constituem uma importante ferramenta de promoção da saúde para pacientes com Doença Renal Crônica em hemodiálise, contribuindo para a prevenção de complicações, fortalecimento do autocuidado e melhoria da qualidade de vida.

Palavras-chave: Doença Renal Crônica; Hemodiálise; Educação Alimentar e Nutricional; Saúde Renal; Autocuidado.