

Qual o papel do Nutricionista?

Todos sabemos que somos aquilo que comemos. Daí a importância da alimentação e dos Nutricionistas, que são técnicos em Ciências da Nutrição e da Alimentação.

A alimentação, ciência que estuda os alimentos desde a sua produção até ao consumidor, interage com a nutrição, a ciência que estuda a reacção entre o alimento e o indivíduo.

O desenvolvimento tecnológico, a globalização e a falta de adaptação do ser vivo ao ambiente surgem como pontos de partida de escolhas alimentares erradas e, conseqüentemente, de comportamentos de risco. Não é, pois, surpreendente o aparecimento de doenças provocadas por alimentos, com um grande impacto na vida das pessoas. Um importante exemplo disso é a Doença das Vacas Loucas, tão mediatizada, que alertou para o problema da segurança alimentar e nutricional.

Para fazer face a esta problemática, os Nutricionistas, integrados em equipas formadas por diferentes profissionais de saúde, desempenham um papel fundamental como educadores, ajudando a escolhas adequadas e promovendo estilos de vida mais saudáveis e positivos.

As Ciências da Nutrição constituem um campo nobre com tendência a expandir-se na manutenção da Saúde individual e das Populações. Daí a intervenção do nutricionista nos mais diversos campos, incluindo a educação, a prevenção e o controlo e segurança nutricional e alimentar, e também na área clínica, onde actua na prevenção de doenças como a Diabetes, a Arteriosclerose, a Obesidade, as Doenças Reumáticas, o Cancro, etc., e no tratamento de outras situações como a Gota, a osteoporose, as Hiperlipidémias e a Hipertensão, entre outras.

O Nutricionista é a pedra angular para o desenvolvimento e aplicação prática destas actividades profissionais, pela sua formação científica específica no âmbito das Ciências da Nutrição e da Alimentação, como acontece com os Licenciados em Nutrição e Engenharia Alimentar.