

# Aversões alimentares em doentes hemato-oncológicos – Impacto de estratégias dietéticas

Ana Branco<sup>1</sup>, Teresa F. Amaral<sup>1</sup>, Teresa Themudo<sup>2</sup>

1 – Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da UP

2 – Instituto de Oncologia do Porto Francisco Gentil, EPE • Serviço de Nutrição e Alimentação

Correspondência: afrbranco@gmail.com

**Introdução:** Os doentes submetidos a quimioterapia sofrem múltiplos efeitos adversos. A alteração do paladar e do olfato contribuem para a perda de apetite e aversão alimentar. Habitualmente, são reportadas aversões à carne, principalmente à vermelha, ao chá, citrinos, produtos hortícolas, entre outros. A American Cancer Society e o National Cancer Institute referem algumas estratégias para minimizar as aversões alimentares. Contudo, não existe consenso sobre quais os alimentos não tolerados.

**Objetivos:** Identificar as aversões alimentares ocorridas em doentes hemato-oncológicos; verificar se as aversões alimentares relatadas pelos doentes são diferentes das referidas na literatura internacional e avaliar o benefício das estratégias aplicadas na redução do impacto das alterações relatadas.

**Material e métodos:** Realizou-se um estudo transversal e um estudo experimental randomizado em doentes hemato-oncológicos. Efetuou-se a caracterização clínica e antropométrica, da qualidade de vida e das aversões sentidas. Ao grupo de intervenção aplicaram-se estratégias para reduzir o impacto das aversões alimentares e o grupo controlo seguiu as recomendações habituais. Foi avaliada a respetiva adesão após 3 semanas.

**Resultados e discussão:** O sabor salgado (45,2%) foi o sabor mais alterado e o cheiro dos alimentos (61,3%) o que causava mais aversão. As aversões alimentares mais reportadas foram ao peixe (67,7%), à carne vermelha e aos hortícolas (48,4%), à carne branca (41,9%) e aos alimentos quentes (32,3%). Nos dois grupos algumas estratégias tiveram boa aceitação, outras são referidas como “ajudando pelo menos um pouco”. Não foram encontradas diferenças com significado estatístico entre os grupos ( $p > 0,05$ ).

**Conclusão:** As aversões reportadas estão de acordo com o referido na literatura. Não se encontraram diferenças entre os dois grupos após a intervenção. Dada a escassa investigação disponível, o estudo é inovador, pois possibilitou conhecer melhor as dificuldades que esta população apresenta com a alimentação e as estratégias mais aceites.