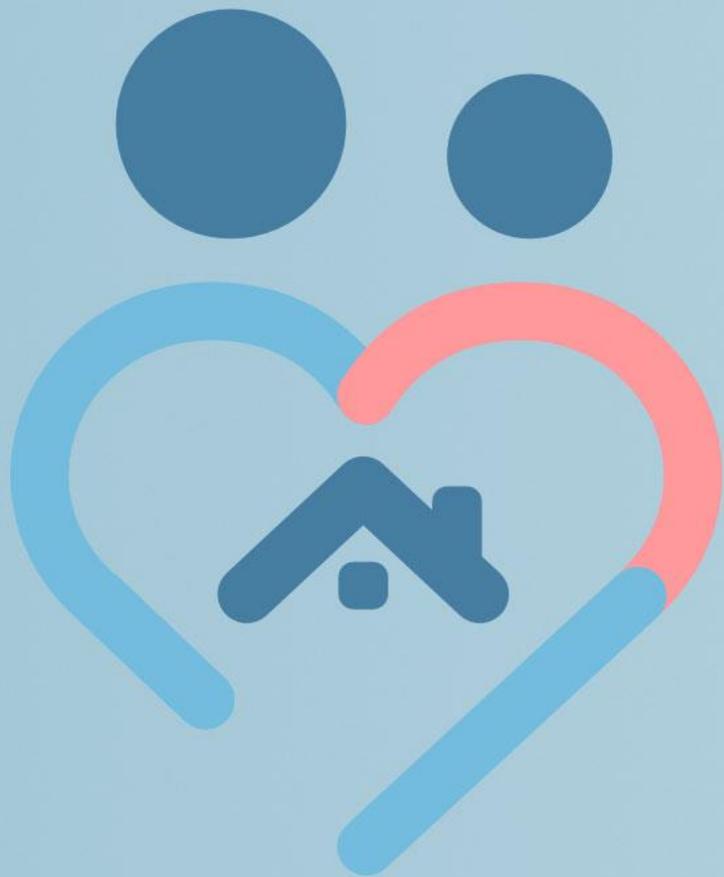


**COVID-19**



cuidar com  
qualidade

uma iniciativa



com o apoio





cuidar com  
qualidade

# 4º MÓDULO

## Alimentação do doente

**COVID-19**

uma iniciativa



com o apoio



FUNDAÇÃO  
CALOUSTE  
GULBENKIAN



## Objetivos :

- A importância da alimentação para a recuperação e manutenção do doente
- Cuidados a ter na alimentação de um doente ou dependente
- Entubação nasogástrica e alimentação



uma iniciativa



com o apoio



cuidar com  
qualidade

## Conceitos :

A **alimentação do doente** é essencial para a recuperação física e manutenção do seu bem-estar.

Deverá manter as regras gerais de uma **alimentação rica e equilibrada** de forma a assegurar a ingestão adequada de calorias e nutrientes, variada em cereais, fruta e verduras e com poucas gorduras, sal e açúcares.

Em situação de doença é frequente haver perda de apetite, assim como perda de peso, independentemente da variedade e quantidade dos alimentos ingeridos.

4º  
MÓDULO

Alimentação

uma iniciativa



com o apoio



cuidar com  
qualidade

## Cuidados a ter na alimentação de um doente

- O doente pode esquecer-se de comer pois muitas vezes não tem noção das horas. É importante oferecer-lhe as refeições a horas e ir oferecendo líquidos ao longo do dia.
- Na hora da refeição, o doente deve estar bem acordado e sentado.
- Sempre que for possível, deve incentivar-se o doente a comer sozinho, nem que tenhamos de lhe cortar e preparar os alimentos.
- Após as refeições, devemos manter o doente sentado, durante cerca de 30 minutos, para facilitar a digestão.

4º  
MÓDULO

Alimentação

uma iniciativa



com o apoio



cuidar com  
qualidade

## Cuidados a ter na alimentação de um doente

- Se o doente tossir ou se engasgar frequentemente quando come ou bebe, não devemos insistir. É importante dar conhecimento da situação à equipa clínica e aguardar indicações de como devemos continuar a alimentá-lo.
- Tentar proporcionar ao doente o máximo prazer na ingestão dos alimentos. Se houver resistência tente servir as refeições em pratos pequenos e oferecer ao doente os seus pratos favoritos ou alimentos mais apelativos. Optar por alimentos fáceis de mastigar.
- As pessoas com mais idade sentem menos os sabores e os cheiros, por isso solicitam frequentemente mais tempero, sobretudo o sabor salgado. As ervas aromáticas poderão ajudar a temperar os alimentos melhorando o seu sabor e cheiro de modo saudável, sem ter de recorrer ao sal e às gorduras.

4º  
MÓDULO

Alimentação

uma iniciativa



com o apoio



cuidar com  
qualidade

# Cuidados a ter na alimentação de um doente

- O doente deve comer 5 a 6 pequenas refeições ao longo do dia.
- Procurar sempre que o doente fique bem alimentado ao pequeno-almoço pois o apetite tende a diminuir ao longo do dia.
- Se o doente estiver muito magro é importante optar por alimentos calóricos: sumos de fruta, batidos, leite-creme, gelados e pudins. Com indicação médica podem também ser administrados suplemento nutricionais orais hiperproteicos e hipercalóricos.

# COVID-19

4º  
MÓDULO

Alimentação



Suplementos  
nutricionais



uma iniciativa



com o apoio



cuidar com  
qualidade

# Cuidados a ter na alimentação de um doente

# COVID-19

- Procurar que o doente beba cerca de 6 a 8 copos de água por dia, oferecidos nos intervalos das refeições. Se o doente tiver dificuldade em engolir, privilegiar a administração de água com espessante ou outros líquidos ligeiramente espessos, tais como batidos de leite ou de fruta, iogurtes líquidos ou gelatinas.



- Utilizar uma colher na alimentação do doente para evitar ferimento com os dentes do garfo
- Refresque e lave a boca do doente antes e depois das refeições.



uma iniciativa



com o apoio



cuidar com  
qualidade

## Entubação Nasogástrica

A entubação nasogástrica consiste na introdução de uma **sonda** através de uma narina até ao estômago. Realiza-se para permitir a administração de alimentos, líquidos e medicamentos aos doentes que se encontrem incapacitados de deglutir.



4º  
MÓDULO

## Preparação dos alimentos para administração por sonda Nasogástrica

- ❖ Alimentos de consistência líquida, para não obstruir a sonda.
- ❖ Temperatura morna, para não provocar queimaduras.

Alimentação

uma iniciativa



com o apoio

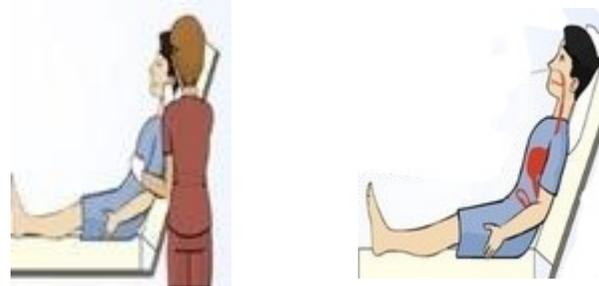


cuidar com  
qualidade

# Administração de alimentos por sonda Nasogástrica

# COVID-19

- ❖ Colocar o doente na posição de sentado (elevar a cabeceira da cama ou apoiar com almofadas). Se não for possível deve deitá-lo de lado para evitar aspiração dos alimentos para os pulmões.



- ❖ Verificar se a sonda está bem posicionada, se o adesivo está bem colocado e se a sonda é visível no interior da boca. Se a sonda estiver mais de 5 cm deslocada da medida estabelecida, devemos contactar a equipa de saúde.
- ❖ Garantir que a sonda está no estômago. Para isso é necessário tentar aspirar a sonda com a seringa, se fluir conteúdo, está bem colocada e o doente pode ser alimentado.

4º  
MÓDULO

Alimentação

uma iniciativa



com o apoio



cuidar com  
qualidade

# Administração de alimentos por sonda Nasogástrica

# COVID-19

- ❖ A refeição deve ser administrada lentamente e com o cuidado de manter a seringa acima do nível da cabeça do doente, para facilitar a descida dos líquidos.
- ❖ Depois de o doente estar alimentado, deve permanecer sentado cerca de 30 minutos para facilitar a digestão.
- ❖ No final da refeição introduza uma seringa de água para lavar a sonda.
- ❖ Ao longo do dia é importante ir administrando água (6 a 8 copos) pela sonda para manter a hidratação do doente.
- ❖ O intervalo entre as refeições não deve ser superior a 3 horas.



uma iniciativa



com o apoio



cuidar com  
qualidade