



ACEITABILIDADE DAS DIETAS HIPOSSÓDICAS E PASTOSAS EM PACIENTES ADULTOS E IDOSOS HOSPITALIZADOS: UM ESTUDO DE REVISÃO

Camila da Luz Pinheiro Costa; Carolina Testa Antunes; Fabiana Assmann Poll

Introdução: A baixa aceitação das dietas hospitalares é um fator determinante para a ingestão inadequada de nutrientes, contribuindo para a perda de peso e risco de desnutrição. Esse cenário pode comprometer o estado nutricional, prolongar o tempo de internação, aumentar complicações, mortalidade, custos hospitalares e readmissões. Fatores individuais, como inapetência, disfagia, sintomas gastrointestinais e quadro clínico, além de características sensoriais dos alimentos, influenciam diretamente a aceitação alimentar. **Objetivo:** Revisar a literatura sobre a aceitabilidade das dietas hipossódicas e pastosas em adultos e idosos hospitalizados, com foco em seus impactos clínicos e nutricionais. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão na literatura, realizada nas bases SciELO, PubMed e Google Acadêmico, considerando artigos publicados entre 2015 e 2025. Foram considerados estudos que abordassem aceitação, adesão e aspectos sensoriais das dietas hipossódicas e pastosas para pacientes adultos e idosos internados em ambiente hospitalar. **Resultados:** As dietas pastosas, indicadas para disfagia, estados neurológicos comprometidos ou pós-cirúrgicos, apresentam baixo apelo sensorial, o que reduz a aceitação. Estudos mostraram que modificações, como uso de alimentos coloridos e separação das preparações, aumentam a densidade energética e melhoram a apresentação visual, favorecendo a identificação dos sabores e a ingestão adequada. Já a dieta hipossódica, recomendada para o manejo de hipertensão, insuficiência cardíaca e doença renal crônica, enfrenta barreiras devido ao sabor reduzido. Apesar de os pacientes reconhecerem sua importância terapêutica, a adesão é prejudicada pelo baixo estímulo sensorial e pela falta de motivação para



mudanças alimentares. Estratégias gastronômicas, como uso de especiarias, ervas e sais naturais, têm se mostrado alternativas eficazes para melhorar a aceitação sem comprometer a eficácia clínica. **Conclusão:** A baixa aceitabilidade das dietas hipossódicas e pastosas representa um desafio para o cuidado nutricional hospitalar. A atuação integrada do nutricionista e do Serviço de Nutrição e Dietética é fundamental para garantir refeições nutricionalmente adequadas, seguras e sensorialmente atrativas, favorecendo a adesão e a recuperação clínica dos pacientes.

Palavras-chave: Nutrição hospitalar. Dieta hipossódica. Dieta pastosa. Aceitabilidade. Terapia nutricional.