

Guia de Exames Bioquímicos

MATERIAL COMPLEMENTAR

Consulta Nutricional Segura e Estruturada

www.limeassessoria.com.br



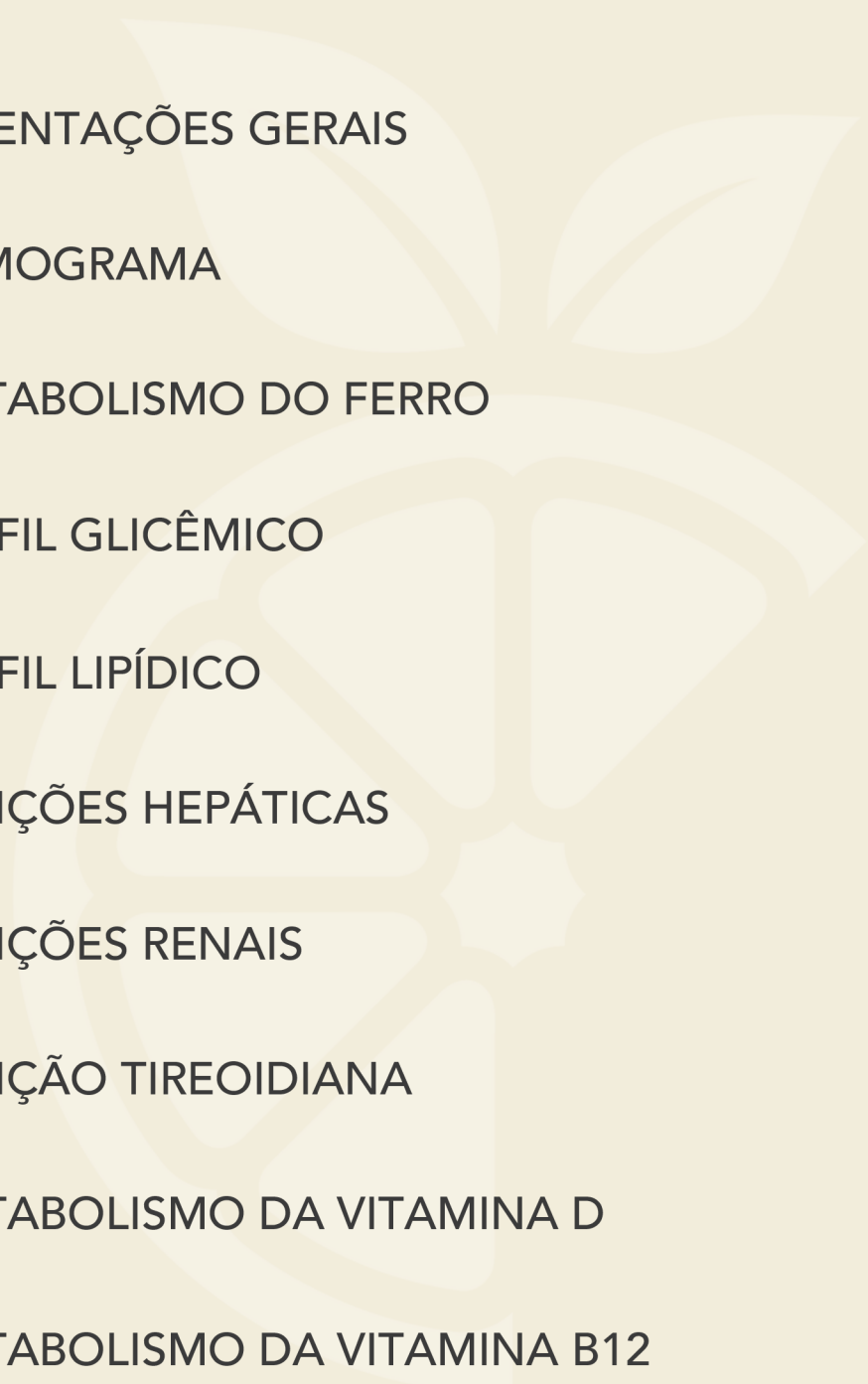
Apresentação

A avaliação bioquímica é uma ferramenta essencial na prática clínica em nutrição, pois permite investigar o estado metabólico, nutricional e funcional do organismo de forma objetiva e complementar à avaliação clínica, dietética e antropométrica.

Os exames laboratoriais auxiliam na identificação de deficiências ou excessos nutricionais, alterações metabólicas, processos inflamatórios e disfunções orgânicas que nem sempre são perceptíveis apenas pela anamnese. Quando bem interpretados, fornecem subsídios importantes para a tomada de decisão, definição de condutas nutricionais individualizadas e monitoramento da evolução do paciente.

Este guia foi desenvolvido com o objetivo de apresentar, de forma clara, prática e objetiva, os principais exames bioquímicos utilizados na rotina clínica do nutricionista, destacando seus significados, aplicações e cuidados na interpretação. O material não substitui o raciocínio clínico nem a avaliação integrada do indivíduo, mas atua como um apoio técnico para a prática profissional baseada em evidências.

Índice

- 
- 01** ORIENTAÇÕES GERAIS
 - 02** HEMOGRAMA
 - 10** METABOLISMO DO FERRO
 - 16** PERFIL GLICÊMICO
 - 22** PERFIL LIPÍDICO
 - 27** FUNÇÕES HEPÁTICAS
 - 32** FUNÇÕES RENAIIS
 - 35** FUNÇÃO TIREOIDIANA
 - 40** METABOLISMO DA VITAMINA D
 - 44** METABOLISMO DA VITAMINA B12
 - 49** PERFIL INFLAMATÓRIO
 - 52** OBSERVAÇÕES FINAIS

Orientações Gerais

A interpretação de exames laboratoriais deve ser utilizada como ferramenta de apoio ao cuidado nutricional, sempre integrada ao raciocínio clínico e à avaliação global do indivíduo, considerando seu contexto clínico e evitando análises isoladas que possam levar a conclusões equivocadas. Antes de analisar qualquer exame bioquímico, alguns pontos são fundamentais:

- **Avaliação integrada:** os resultados devem ser interpretados em conjunto com a anamnese, análise de sinais e sintomas, hábitos alimentares, uso de medicamentos ou suplementos, nível de atividade física e histórico de saúde.
- **Valores de referência:** os intervalos de normalidade podem variar conforme o laboratório, método analítico, idade, sexo e condições fisiológicas. Resultados fora da referência nem sempre indicam doença, assim como valores dentro da normalidade não excluem alterações clínicas.
- **Condições de coleta:** jejum inadequado, prática de exercício físico intenso antes da coleta, consumo de álcool, uso de medicamentos e o horário da coleta podem interferir nos resultados.
- **Estado inflamatório:** processos inflamatórios agudos ou crônicos podem modificar diversos marcadores bioquímicos, mascarando deficiências nutricionais ou simulando alterações metabólicas.
- **Monitoramento ao longo do tempo:** a comparação de exames seriados é mais relevante do que a análise de um único resultado, permitindo avaliar a evolução clínica e a resposta à intervenção nutricional.