

Introdução: Programas multidisciplinares são eficazes em alterar desfechos clínicos em pacientes com Insuficiência Cardíaca (IC), especialmente re-internações. Embora nutricionistas, frequentemente, sejam membros destas equipes, há poucos estudos randomizados mostrando o benefício do aconselhamento dietético para esses pacientes. Objetivo: Avaliar o efeito dessa intervenção quanto ao conhecimento nutricional, a adesão às orientações alimentares e a qualidade de vida em pacientes com IC. Pacientes e Métodos: Ensaio clínico randomizado (ECR) onde pacientes ambulatoriais com IC, foram divididos em dois grupos. O grupo-controle recebeu tratamento convencional com equipe médica e de enfermagem, e o grupo-intervenção, na primeira consulta, recebeu orientações alimentares de um nutricionista com reforço em 30 dias. Ambos foram acompanhados durante 6 meses. Conhecimento nutricional, exames bioquímicos, antropometria e qualidade de vida foram avaliados na consulta inicial, em 45 e 180 dias após a inclusão no estudo. Resultados: Foram avaliados 46 pacientes, 23 em cada grupo (70% homens, idade=58±10 anos, 37% com IC de etiologia isquêmica, 52% com classe funcional II, fração de ejeção=33±10%). Ao longo do tempo o grupo intervenção aumentou o escore de conhecimento nutricional, reduziu ingestão calórica, consumo de carboidratos, consumo de lipídios e ingestão de sódio ($p<0,05$), sem diferença significativa na qualidade de vida, antropometria e exames bioquímicos. Conclusão: A orientação alimentar, como ferramenta de auxílio no tratamento não-farmacológico na IC, mostrou-se capaz de modificar conhecimento nutricional e qualidade da dieta, sem modificações nos demais parâmetros. Estes resultados apontam para a efetividade da intervenção, ressaltando-se, porém, que a orientação dietética inserida dentro de um contexto de educação nutricional e o caráter interdisciplinar do processo poderiam ampliar sua eficácia.