

II JORNADA INTERDISCIPLINAR EM SAÚDE

RELATO DE EXPERIÊNCIA: ESTÁGIO DE NUTRIÇÃO EM SAÚDE PÚBLICA: A IMPORTÂNCIA DAS AÇÕES DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL REALIZADAS NAS UNIDADES BÁSICAS DE SAÚDE.

GIRARDI, Ana Júlia¹; LORENZI, Raiara Forcelini²; TRENTIN, Micheli Mayara³.

¹ Acadêmica, Curso de Nutrição, Centro Universitário FAI.

² Professora Especialista, Docente, Centro Universitário FAI.

³ Professora Mestre, Docente do Centro Universitário FAI.

E-mail para correspondência: anajuliagirardii@gmail.com

RESUMO EXPANDIDO

INTRODUÇÃO: Sabe-se que a Unidade Básica de Saúde (UBS) é a principal porta de entrada da comunidade no Sistema Único de Saúde (SUS), e o principal meio de comunicação da população com o mesmo. Visto isso, entende-se que esse também seja o local apropriado para repassar informações acerca das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNTs) para a população leiga, podendo auxiliar na prevenção e/ou tratamento das mesmas. As principais DCNTs como obesidade, diabetes mellitus, hipertensão, dislipidemias, doenças cardiovasculares, variados tipos de câncer, entre outras, tem total associação com a alimentação, sendo esta um pilar fundamental para o desenvolvimento ou para a prevenção das doenças (BRASIL, 2022). Dessa forma, entende-se a importância do profissional nutricionista estar inserido na Unidade Básica de Saúde, para através de ações de educação alimentar e nutricional, repassar para a população sobre a importância da alimentação saudável. No Estágio obrigatório de Nutrição em Saúde Pública, foram realizadas diversas ações direcionadas à população que frequenta a UBS, onde estas pessoas conseguiram ter um contato mais próximo com a área nutricional. **OBJETIVO:** Promover ações de educação alimentar e nutricional para a população que frequenta a unidade básica de saúde. **METODOLOGIA:** Trata-se de um relato de experiência vivenciado durante o Estágio Obrigatório de Nutrição em Saúde Pública, onde através de palestras, visitas domiciliares, murais expositivos, orientações nutricionais e ações sociais, pode-se auxiliar a população leiga acerca de temas relacionados à alimentação, como os tipos de macronutrientes e

micronutrientes; processamento de alimentos; quantidade de açúcar nos alimentos; doenças crônicas não transmissíveis relacionadas aos alimentos; importância do consumo de água; rotulagem de alimentos; amamentação e introdução alimentar; saúde da mulher, entre outros temas. **RESULTADOS E DISCUSSÕES:** Durante o estágio pode-se vivenciar várias experiências através do contato com diferentes pessoas, acometidas de diferentes doenças, cada uma com suas particularidades, mas que de alguma forma pode-se ajudar a melhorar a qualidade de vida através das orientações nutricionais. Sabe-se que as doenças crônicas estão totalmente associadas aos maus hábitos alimentares, e podem ser evitadas e/ou amenizadas através da mudança de hábitos e da adesão à alimentação saudável, o que é ensinado através das ações de educação alimentar e nutricional. Acredito que a população que esteve em contato com as estagiárias pode aprender e entender sobre a importância da alimentação saudável, e com certeza irão levar para a vida o que foi ensinado. **CONCLUSÃO:** Cada pessoa possui diferentes hábitos alimentares, que são determinados por fatores como cultura, condição socioeconômica, crenças, ambiente, emocional, entre outros, mas acredita-se que através da educação alimentar e nutricional pode-se despertar um interesse nas pessoas em modificar seus hábitos alimentares errôneos. Através dessas ações, buscou-se a geração de autonomia, onde os indivíduos estejam conscientes sobre suas escolhas alimentares, e de que forma essas escolhas irão impactar em sua saúde. Após essas ações de educação nutricional, espera-se que essas pessoas tenham adotado os hábitos alimentares saudáveis e que melhorem sua qualidade de vida.

Palavras-chave: educação alimentar e nutricional; alimentação; doenças crônicas não transmissíveis.

REFERÊNCIAS:

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretária de Saúde do Distrito Federal. **Doenças Crônicas Não Transmissíveis.** Brasília, 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. **Promoção da Saúde e da Alimentação Adequada e Saudável: Educação Alimentar e Nutricional.** Brasília, 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Alimentação e Nutrição.** Brasília, 2013.