

## II JORNADA INTERDISCIPLINAR EM SAÚDE

### PROJETO DE ESTÁGIO SUPERVISIONADO EM SAÚDE PÚBLICA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE - UBS

PIVORAS, Cristiane<sup>1</sup>; TRENTIN, Micheli Mayara<sup>2</sup>; LORENZI, Raiara Forcelini<sup>3</sup>.

<sup>1</sup> Acadêmica, Curso de Nutrição, Centro Universitário FAI.

<sup>2</sup> Professora Mestre, Docente, Centro Universitário FAI.

<sup>3</sup> Professora Especialista, Docente do Centro Universitário FAI.

#### RESUMO EXPANDIDO

**INTRODUÇÃO:** O campo da nutrição teve, nos últimos anos, um expressivo desenvolvimento, que podemos perceber através dos trabalhos e pesquisas científicas que estão muito em alta nos dias atuais; mas ao mesmo tempo que se tem falado tanto em Nutrição, e o Nutricionista seja o protagonista, ou seja, aquele tem conhecimento técnico e científico para promoção de saúde, no campo da Saúde Pública a sua atuação ainda é tímida. A alimentação e nutrição constituem direitos humanos fundamentais consignados na *Declaração Universal dos Direitos Humanos* e são requisitos básicos para a promoção e a proteção da saúde, possibilitando a afirmação plena do potencial de crescimento e desenvolvimento humano com qualidade de vida e cidadania. O direito à alimentação é um direito do cidadão, portanto, dever do Estado e responsabilidade da sociedade. Nesse sentido, a busca em garantir o direito à alimentação de qualidade para todos os indivíduos, passa pela construção de um novo paradigma de sociedade, que tenha como eixo central a qualidade de vida do ser humano (Valente, 2002). A presença da desnutrição, deficiência de micronutrientes, excesso de peso e outras doenças crônicas não transmissíveis coexistindo nas mesmas comunidades e, muitas vezes, no mesmo domicílio, caracteriza a transição nutricional. Esse fenômeno é traduzido em um dos maiores desafios para as políticas públicas no momento e exige um modelo de atenção à saúde pautado na integralidade (Coutinho, 2008). Baseando-se nesse texto, percebemos o quanto é importante as ações de promoção e educação em nutrição, tendo em vista que a atenção primária é um campo a ser explorado e o Nutricionista é um profissional apto a fazer intervenções que venham contribuir para melhora da qualidade de vida da população. **OBJETIVO:** Este estágio objetivou discutir a implementação de atividades de educação nutricional em serviços públicos de saúde como forma de promoção de saúde e educação nutricional para usuários das Unidades Básicas de Saúde dos bairros Bela Vista e Cristo

Rei, bem como outras atividades envolvendo escolares, mulheres gestantes e pessoas com deficiência, para que pudesse trabalhar com diferentes grupos, desenvolvendo atividades que envolvam alimentação saudável como forma de melhorar a qualidade de vida das pessoas, e mostrar a importância de um Nutricionista atuando efetivamente na Saúde Pública.

**METODOLOGIA:** Durante o período de estágio, tivemos a oportunidade de estar atuando dentro da Saúde Pública através de ações de promoção de saúde, que foram direcionadas a grupos de Doenças crônicas como Diabetes, onde conseguimos desenvolver atividades envolvendo alimentação saudável, discutindo assuntos que são tidos como mitos, além de trabalhar as questões de rótulos, ensinado a observar os ingredientes e as quantidades de açúcares, gorduras e sódio dos alimentos, dando autonomia para que pudessem fazer escolhas mais saudáveis; e esse tema também foi levado para a escola na forma de palestra, para que as crianças tenham conhecimento do que estão consumindo para que se tornem adultos mais conscientes. Ainda sobre o tema de alimentação saudável, tivemos os atendimentos individualizados dentro das UBSs, onde foram realizadas intervenções na forma de orientação nutricional de acordo com o problema de saúde que nos era relatado; esse tipo de abordagem serviu como uma prévia do que seria feito nas visitas domiciliares, onde a ação de intervenção foi mais direcionada visando melhorias significativas na qualidade de vida dessas pessoas. Foram feitas ações com grupos de gestantes carentes do centro espírita Nosso Lar, onde as orientações foram focadas na alimentação durante a gravidez e no pós parto, além de abordar assuntos sobre introdução alimentar do bebê; tivemos a oportunidade de conhecer o trabalho da Fraternidade Cristã de Pessoas com Deficiência, onde trabalhamos a alimentação saudável de forma simples devido as limitações de alguns participantes. Ainda desenvolvemos algumas atividades e palestras focadas em mulheres, onde fizemos uma caminhada e abordamos o tema alimentação aliada ao exercício físico; e uma palestra sobre a saúde da mulher. Para o estágio, foi desenvolvido vários materiais impressos e folders com temas relacionados a alimentação saudável, e receitas para facilitar a adesão as orientações individuais; para a comunidade foi confeccionados cartazes com temas relacionados a saúde da mulher para a campanha do Outubro Rosa, destacando alimentos que ajudam na prevenção; e para a saúde do homem, no mês do Novembro azul e ainda outro cartaz com orientações relacionados ao dia de prevenção a Diabetes. **DISCUSSÃO OU ANÁLISE DOS DADOS DE CAMPO:** A orientação nutricional é uma ferramenta muito importante na atuação do nutricionista, visto que nele o estudante poderá aplicar todos os conhecimentos adquiridos em sala de aula. Para se atingir o objetivo, é necessário que a linguagem utilizada na abordagem seja de acordo com o público que irá ser trabalhado, como no caso dos diabéticos, que são pessoas mais idosas e já possuem algumas

dificuldades resultantes das doenças; para o grupo de gestantes os temas foram diferente e a entrega de materiais foi importante para que pudessem seguir as recomendações, assim como para as visitas domiciliares e os atendimentos na sala de espera, onde as orientações foram dadas de acordo com as rotinas diárias relatadas e entregue materiais em mão; já para os escolares e para os participantes da FCD, foi uma atividade mais lúdica de acordo com as suas capacidades de assimilações; para as mulheres, tanto na palestra quanto na caminhada, a abordagem foi em tom mais informal para que se sentissem mais à vontade. Pode-se considerar um desafio para o estudante de Nutrição atuar nas Unidades de Saúde, visto que muitas das vezes o profissional de Nutrição não faz parte da equipe de saúde. As ações dependem, majoritariamente da criatividade, força de vontade e criação de vínculo com a população e a Unidade de Saúde. **CONCLUSÃO:** Podemos observar, que o quadro nutricional da população brasileira em qualquer lugar do país está muito desequilibrado, ou seja, alguns indivíduos adoecendo por excesso de peso e outros ainda morrendo por falta de nutrientes. Sem os conhecimentos técnicos sobre a alimentação, realizados por um profissional Nutricionista, mostra-se muito difícil a reversão deste quadro, pois é necessária uma atuação mais eficiente para que se possa promover a saúde por meio da alimentação. Percebeu-se a importância da orientação nutricional focada no paciente como um todo, pois, para fazer uma educação alimentar e nutricional efetiva é preciso pensar além dos nutrientes, indo mais a fundo, entendendo a realidade do usuário e criando vínculos, para que os resultados sejam mais eficazes. O nutricionista está plenamente capacitado para atuar na Atenção Primária, já que é evidente que nenhum outro profissional da saúde possui formação para atuar na área de alimentação e nutrição dentro das comunidades, e que sua presença só viria a contribuir para a promoção da saúde a população, o que o torna capaz de gerando impactos positivos. A experiência foi positiva, pois foi observado grande interesse e ampliação de conhecimentos daqueles que participaram do grupo. As ações de educação nutricional, desenvolvidas com os grupos, visitas e demais atividades foram bem-sucedidas uma vez que combinaram informação e motivação por meio de atividades teóricas e práticas. Essas ações buscaram, oferecer conhecimentos sobre os benefícios da alimentação balanceada, saudável e de baixo custo. Com isso, se espera que os usuários alcancem melhora da saúde com as orientações que foram passadas. Entre os desafios encontrados, pode-se dizer que para desenvolver um grupo é preciso tempo para planejar, paciência para esperar, fazer divulgações e muitas vezes os usuários acabam não comparecendo e temos que estar preparados para qualquer eventualidade.

**Palavras-chave:** nutricionista, atenção primária, alimentação, saúde.

**REFERÊNCIAS**

Valente FLS. **Direito humano à alimentação: desafios e conquistas**. São Paulo: Editora Cortez; 2002.(NBR 6023/2018).

Coutinho, JG; Gentil, PC; Toral, N. **A desnutrição e obesidade no Brasil: o enfrentamento com base na agenda única da nutrição**.Cad. Saúde Pública [online]. 2008; suppl. 2: 332-340.

