

II JORNADA INTERDISCIPLINAR EM SAÚDE

RELATO DE EXPERIÊNCIA: ESTÁGIO EM SAÚDE PÚBLICA NA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE

ARGENTA, Patrícia Tederke¹; 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: patriciatargenta@gmail.com.

RESUMO EXPANDIDO

INTRODUÇÃO: O estágio proporcionou aos alunos uma visão diferenciada sobre a atuação do nutricionista no contexto da saúde pública, sabendo que as responsabilidades deste profissional vão além de prescrever uma dieta, mas também formar e capacitar as competências necessárias para que os futuros graduados possam atuar de forma crítica e reflexiva na sua prática profissional diária. A experiência de estágio curricular na área da saúde pública permitiu o desenvolvimento de uma perspectiva crítica e reflexiva sobre os atributos de um nutricionista. Os estágios são como um reflexo da formação de um profissional, e é durante esse processo que pode ser percebido na prática as lacunas da teoria, fazendo com que os acadêmicos consigam ter uma visão da sua profissão futura (PEREIRA; CARNEIRO, 2019). Segundo Nunes et al. (2010) o campo da Saúde Coletiva é considerado um dos mais evoluídos e prósperos no âmbito disciplinar, sem tirar o mérito dos demais campos de conhecimento diz-se que tal área possui essa característica mais aguçada.

OBJETIVO: compartilhar experiências acadêmicas sobre a diversidade de olhares dos estágios curriculares do curso Nutrição na área de saúde coletiva sobre as doenças crônicas não transmissíveis com foco em diabetes. **METODOLOGIA:** o presente trabalho trata-se de um relato da experiência discente no estágio curricular em saúde pública do curso de Nutrição da Uceff-Faculdades localizado no município de Chapecó/SC no período de outubro a dezembro de 2022, realizado nas Unidades de Saúde Básica Cristo Rei e Bela Vista. Segundo Martins (2008, p. 39, apud OPALOSKI, 2014), a metodologia é o processo que inicia a pesquisa em si, pois é partir deste capítulo que haverá algumas respostas e acesso aos dados. A pesquisa realizada classifica-se de forma qualitativa, pois é um estudo que abrange o comportamento humano. Ao final do estágio realizou-se um relatório informando os

processos realizados o qual pode ser considerado como descritivo, os quais são usados pelos pesquisadores na intenção de visualização da realidade. O levantamento de campo foi com a realização de encontros com o grupo formado por indivíduos diabéticos na Unidade Básica de Saúde Cristo Rei e outro grupo na Unidade Básica de Saúde Bela Vista. Foram convidados a participar das reuniões pessoas com diabetes, familiares, amigos, comunidade e interessados pelo tema. Os convites foram confeccionados exclusivamente para cada unidade de saúde e entregues pelos estagiários do curso de Nutrição, agentes de saúde, médicos e enfermeiras das UBS. Para incentivar hábitos alimentares saudáveis e auxiliar na mudança de comportamento de portadores de DCNT, incluímos receitas saudáveis. As receitas utilizadas nas atividades foram elaboradas a partir de receitas tradicionais, porém com versões mais funcionais, dessa forma foi possível obter preparações com maior teor de fibras, vitaminas e minerais e com baixa concentração de açúcares, gorduras e sódio, com uma excelente relação custo-benefício. As receitas representam opções mais saudáveis em termos de valor nutricional e podem ser utilizadas como estratégia para criar hábitos alimentares saudáveis e controlar doenças crônicas não transmissíveis, principalmente o diabetes. Ao final das palestras, foram oferecidas estas preparações saudáveis para degustação. O objetivo do grupo foi apoiar o autocuidado dos portadores e aumentar o conhecimento sobre a doença diabetes mellitus e, posteriormente, prevenir as complicações decorrentes da doença. Além das receitas impressas, os materiais utilizados e distribuídos também eram folders educacionais de fácil compreensão.

RESULTADOS E DISCUSSÕES: As doenças crônicas não transmissíveis - DCNT apresentam um grande desafio para a saúde pública pela alta prevalência de mortes. São considerados fatores de risco para DCNT, o tabagismo, consumo excessivo de álcool, baixo consumo de frutas e hortaliças, sobrepeso e obesidade, pressão arterial alta e hiperglicemia. Portanto, a inadequação alimentar e inatividade física podem aumentar os riscos de desenvolver doenças crônicas não transmissíveis, além de ocasionarem mortes prematuras e redução da qualidade de vida. O Diabetes mellitus não é uma única doença, mas um grupo heterogêneo de distúrbios metabólicos que apresentam em comum a hiperglicemia, que é o resultado de defeitos na ação da insulina, em sua secreção ou em ambas (SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES, 2014). De acordo com os princípios de uma alimentação saudável todos os grupos de alimentos devem fazer parte da nossa alimentação, portanto os temas abordados nas reuniões dos grupos de diabéticos foram conforme as diretrizes do “O Guia alimentar da População Brasileira”. Dessa forma abordamos as definições do diabetes, sinais e sintomas da doença, índice glicêmico dos alimentos, macronutrientes, rótulos dos alimentos, alimentos diet e light, a importância das fibras, formas de preparo dos alimentos,

como montar um prato saudável e receitas práticas e saborosas. Contudo, ressaltamos que uma alimentação saudável não precisa ser cara, sem a necessidade de consumir alimentos processados e ultraprocessados, muito pelo contrário, pois ao se valorizar o consumo de alimentos in natura, sazonais e preparações regionais, é possível que a população tenha uma alimentação rica em nutrientes, trazendo mais saúde à mesa, e incentivando a cultura local.

CONCLUSÃO: Observou-se uma aproximação do público, demonstrando muito interesse pelos temas debatidos nas reuniões e nas condutas nutricionais. O intuito dos encontros foi fornecer informações corretas sobre a alimentação saudável, além de motivar a população a participar dos grupos. É de suma importância o retorno das atividades, com os grupos de apoio nas unidades básicas de saúde, atividades das quais tiveram seu encerramento por causa da pandemia. Com a alta prevalência das DCNT, principalmente do diabetes, indicam a necessidade de intervenções imediatas por meio de implementação de estratégias na atenção básica de saúde para o controle adequado dessas situações. Portanto, para um tratamento eficaz é necessário que o paciente tenha conhecimento da doença e da sua condição de saúde, além disso, a mudança no estilo de vida reflete positivamente nos portadores de DCNT, com a inclusão de hábitos alimentares saudáveis, atividade física regular, qualidade de sono e redução dos níveis de estresse.

Descritores: Nutrição; Diabetes; Saúde Pública.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

Brasília: **Sociedade Brasileira de Diabetes**, 2017. BRASIL. Posicionamento Oficial SBD nº 01/2019 - Conduta Terapêutica no Diabetes Tipo 2: Algoritmo SBD 2019. Brasília: Sociedade Brasileira de Diabetes, 2019.

MARTINS, M. C. F. **Clima Organizacional**. In: **SIQUEIRA, M. M. (Org). Medidas de Comportamento Organizacional**. Porto Alegre: Artmed, 2008.

NUNES, E. D. et al. **O campo da saúde coletiva na perspectiva das disciplinas. Ciência & Saúde Coletiva**. Rio de Janeiro, v. 15, n. 4, p. 1917-1922. 2010. Disponível em: < <http://bit.ly/2IsifwB> >. Acesso em: 05 dezembro. 2022.

PEREIRA, E. L.; CARNEIRO, R. **O que podem nos contar os estágios supervisionados em/sobre saúde coletiva?**, Brasília, v. 28, n. 2, p. 53-66, 2019.