

## II JORNADA INTERDISCIPLINAR EM SAÚDE

### ESTÁGIO EM SAÚDE PÚBLICA II: UNIDADES BÁSICAS DE SAÚDE ATIVIDADES DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NOS ESPAÇOS DE ATENDIMENTO PRIMÁRIO À SAÚDE

KAMMLER, Ana Laura<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 Estágio em Saúde Pública II ocorreu no ambiente dos Centros de Saúde da Família Bela Vista e Cristo Rei, localizados em Chapecó-SC, que possuem como foco o atendimento primário à saúde, ou seja, a prevenção de doenças além do tratamento (BRASIL, 2003). Entende-se que a alimentação e a nutrição são pilares da promoção e proteção à saúde, sendo que as estratégias de Educação Alimentar e Nutricional representam papel fundamental nesse contexto e, em especial, na Estratégia Saúde da Família (ESF), que busca trazer para a comunidade um trabalho educativo, aumentando os campos de atuação das equipes multiprofissionais (BRASIL, 2012). O Plano Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (2011) apresenta ainda a educação como pilar da garantia do Direito Humano à Alimentação Adequada, posto que engloba um conjunto de ações formativas que promovem a adoção de práticas alimentares saudáveis, que respeitam a cultura dos povos e fortalecem a participação dos indivíduos na comunidade. A nutrição adequada atua tanto na prevenção de doenças, principalmente de caráter crônico, como no tratamento. Sendo assim, a Educação Alimentar e Nutricional dentro dos Centros de Saúde da Família se torna uma prática interessantíssima a ser desenvolvida. **OBJETIVO:** Promover uma alimentação adequada e saudável, que possa ser desenvolvida de maneira autônoma pelos pacientes, visando o tratamento e a prevenção de doenças com foco em Doenças Crônicas Não Transmissíveis e desnutrição. **METODOLOGIA:** Para o desenvolvimento das atividades de Educação Nutricional e Alimentar teve-se como base o Guia Alimentar Para a População Brasileira (2014) e o Caderno de Princípios e Práticas Para a Educação Alimentar e Nutricional (2018). As atividades foram elaboradas pensando em elucidar os conceitos de industrialização dos alimentos, composição de refeições, fibras alimentares, cultura alimentar e outros, promovendo autonomia para que os pacientes realizem escolhas alimentares saudáveis para melhorar o estado nutricional ou manter a boa alimentação. As orientações foram divulgadas através de palestras, rodas de conversas,

grupos de apoio e orientações individuais, utilizando-se de métodos como dinâmicas em grupo, materiais impressos, receitas para degustação e materiais ilustrativos a fim de aproximar os participantes das atividades, fixar os conteúdos repassados e auxiliar na inclusão de novos hábitos alimentares saudáveis na rotina destes. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** As atividades de Educação Nutricional e Alimentar nos Centros de Saúde da Família Bela Vista e Cristo Rei ocorreram em três momentos principais: Atendimentos Individuais, Atendimentos em Grupos e Atendimentos Domiciliares. Os Atendimentos Individuais ocorreram nas salas de apoio das unidades, através da captação de pacientes nas áreas comuns ou pelo encaminhamento médico. Esses atendimentos possibilitaram uma orientação personalizada, mas não totalmente individualizada, devido à impossibilidade de anamnese prévia e o atendimento simultâneo ao diagnóstico e intervenção. Essa prática contou com materiais pré-elaborados generalistas, abordando as principais Doenças Crônicas Não Transmissíveis como diabetes, Dislipidemias e Obesidade e materiais introdutórios aos conceitos de alimentação saudável e equilibrada, além de industrialização de alimentos, visando gerar autonomia alimentar aos orientados e capacidade de interpretação do Guia Alimentar (2014). Os Atendimentos em Grupo ocorreram de acordo com as demandas das unidades, buscando reativar encontros que pararam durante a pandemia do Covid-19 e incentivar a continuidade de grupos que se mantiveram ativos no período pós-pandemia. Foram realizados atendimentos em grupos para diabéticos, abordando a doença e maneiras de tratar através da alimentação; atendimento em grupo para tabagistas visando o consumo de alimentos antioxidantes para reduzir os danos do hábito de fumar, além de estratégias nutricionais para diminuir a ansiedade; atendimento juntamente com os profissionais de educação física para orientação do grupo de caminhada sobre refeições pré-treino, pós-treino e hidratação. Os atendimentos em grupo foram mais generalistas, entretanto enriquecedores devido ao compartilhamento de informações e vivências por parte dos participantes, além de ser um espaço mais acolhedor e menos intimidante. Os Atendimentos Domiciliares foram realizados juntamente com as agentes de saúde, visitando individualmente pacientes escolhidos por estas de acordo com a condição de saúde. Estes atendimentos foram os mais individualizados, pois foi possível compreender na primeira visita as necessidades do paciente, e no retorno orientá-los de acordo com as suas necessidade e condições. Foi possível ver além da condição clínica, e compreender os fatores intrínsecos por trás da alimentação, como condição financeira, ambiente familiar, cultura alimentar e crenças. A continuidade das atividades produziria retornos mais positivos no âmbito da saúde relacionada à alimentação, fato percebido no retorno do grupo de diabéticos e no retorno das visitas domiciliares, onde os próprios pacientes buscaram demonstrar pontos onde tinham melhorado os hábitos alimentares.

**CONCLUSÃO:** Todas as práticas produziram resultados interessantes, que demonstraram a importância da realização das atividades. O interesse dos pacientes nas atividades de Educação Alimentar e Nutricional já significa um grande avanço nesse âmbito da saúde pública, pois mostra a disposição da comunidade em ter hábitos mais saudáveis que vão contribuir com os objetivos estabelecidos pelos princípios norteadores do Sistema Único de Saúde. O desenvolvimento das atividades de Educação Alimentar e Nutricional durante o estágio também auxilia o estudante a compreender os campos de atuação do profissional nutricionista, mostrando opções de atuação com resultados efetivos na saúde além da prescrição dietética.

**Palavras-chave:** Educação Alimentar e Nutricional. Alimentação. Saúde Pública. Prevenção.

## REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional - SESAN. Brasília-DF, 2012. **Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional Para as Políticas Públicas.** Disponível em: <[https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2017/03/marco\\_EAN.pdf](https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2017/03/marco_EAN.pdf)>. Acesso em: 05. Dez. 2022

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Política Nacional de Atenção às Urgências.** 1.a reimpressão Série E. Legislação de Saúde. Brasília-DF, 2013. Disponível em: <[https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica\\_nac\\_urgencias.pdf](https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nac_urgencias.pdf)>. Acesso em: 05. Dez. 2022.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social - MDS. Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional - SESAN. **Princípios e Práticas para Educação Alimentar e Nutricional.** Brasília-DF, 2018. Disponível em: <[https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2018/08/CADERNO\\_EAN\\_semmarca.pdf](https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2018/08/CADERNO_EAN_semmarca.pdf)>. Acesso em: 06. Dez. 2022.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Guia alimentar para a população Brasileira.** 2ª Ed. Brasília-DF, 2014. Disponível em: <[https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia\\_alimentar\\_populacao\\_brasileira\\_2ed.pdf](https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf)>. Acesso em: 04. Dez. 2022.

BRASIL. CÂMARA INTERMINISTERIAL DE SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL. **Plano Nacional De Segurança Alimentar e Nutricional.** Brasília-DF, 2011. Disponível em: <[https://www.mds.gov.br/webarquivos/publicacao/seguranca\\_alimentar/Plano\\_Caisan.pdf](https://www.mds.gov.br/webarquivos/publicacao/seguranca_alimentar/Plano_Caisan.pdf)> Acesso em: 04. Dez. 2022.