

**7º Simpósio de Ensino de Graduação****EDUCAÇÃO NUTRICIONAL NA COMUNIDADE: UMA EXPERIENCIA NO MUNICIPIO DE  
PIRACICABA-SP.****Autor(es)**

---

LAIS FERREIRA DE LIMA

**Co-Autor(es)**

---

MARINA CALEFO BERTAIA  
JIMENA MARIA CORNAGLIA  
PATRICIA CAROLINA STÊNICO**Orientador(es)**

---

POLLYANNA PATRIOTA SIQUEIRA

**1. Introdução**

---

Num contexto de busca pela otimização dos serviços oferecidos pelo Estado como caminho viabilizador para o atendimento eficaz dos anseios do cidadão, em geral, demandam ações capazes de edificar um caminho para que essa otimização possa ocorrer. Nesse sentido, o presente trabalho, voltado à área da saúde, apresenta as ações do grupo de Nutrição e Saúde com enfoque na alimentação saudável e na prevenção da Diabetes e hipertensão, criado em Março de 2009 na Unidade de Saúde da Família do bairro Santa Rosa. Na área do atendimento público voltado à saúde, existe a necessidade de um acompanhamento voltado ao ser humano que é atendido pelo sistema de saúde brasileiro, da entrada do cidadão na Unidade de Saúde da Família (USF) até o processo final de tratamento, sendo este ocorrido na Unidade ou não. No caso estudado, a Unidade de Saúde da Família (USF) do bairro Santa Rosa foi criada através de reivindicações lideradas pelos moradores do bairro Santa Rosa. Tais reivindicações giravam em torno da necessidade do deslocamento dos moradores até bairros mais próximos para ter auxílio médico. Com a Unidade já pronta e atendendo os cidadãos do bairro, a Universidade Metodista de Piracicaba – UNIMEP – firmou convênio com a mesma, anteriormente citada, para que houvesse a possibilidade de os seus alunos desenvolverem um estágio na área de Saúde Coletiva, tal convênio vigora até a presente data. Enquanto a epidemiologia, o bairro Santa Rosa não se difere do país, no tocante de doenças crônicas não transmissíveis, onde é encontrado um alto índice de Hipertensão, Diabetes, e dislipidemias. Com essa observação, a proposta deste trabalho foi desenvolver atividades de promoção a saúde, visando à alimentação saudável e com enfoque na prevenção de Diabetes e Hipertensão em forma de grupos, sendo assim, algo urgente para a comunidade desse bairro.

**2. Objetivos**

---

O presente trabalho teve como objetivo promover grupos de Educação Nutricional em uma Unidade de Saúde da Família no município de Piracicaba, buscando prevenir e tratar casos de Hipertensão, Diabetes, Dislipidemias e Obesidade, além de agenciar

a vivência do estudante graduando em Nutrição com a comunidade.

### 3. Desenvolvimento

---

O primeiro mês de atividades em estágio realizou-se visitas domiciliares, com o objetivo de conhecer a área e a população do bairro, e dessa forma saber da real necessidade da comunidade local.

Encontrou-se uma prevalência de Hipertensão, Diabetes, Obesidade e uma menor incidência de Dislipidemia. Sendo assim, decidiu-se sobre o tema Alimentação Saudável, com encontros semanais, às quinta-feira, no período da manhã com aproximadamente 2 horas cada encontro. O público alvo foram adultos de ambos os sexos, portadores ou não das doenças

Os encontros aconteceram de forma teórica e prática, na sala de reuniões da USF do Santa Rosa I e II e no centro social do bairro Santa Rosa, respectivamente. Os temas abordados primeiramente de forma teórica, eram divididos pelas estagiárias, que utilizavam cartazes expositivos, folhetos explicativos e dinâmicas para que houvesse uma maior interação dos participantes. Na semana seguinte abordava-se o mesmo tema, porém de forma prática, desenvolvendo receitas culinárias saudáveis a fim de mostrar aos participantes maneiras fáceis e nutritivas de se elaborar uma receita.

No total foram 10 encontros, sendo 5 teóricos e 5 práticos, sempre dirigidos pelas quatro estagiárias de Nutrição. Os gêneros alimentícios utilizados quando prática, eram fornecidos por comerciantes locais. As receitas eram preparadas de forma expositiva, com degustação.

### 4. Resultado e Discussão

---

Os resultados estão expressos através de relatos dos participantes.

Os resultados deste foram expostos em forma de depoimentos de participantes do grupo, onde relataram se houve mudança positiva, e se o grupo trouxe acréscimos em questão de conhecimento para cada e de que forma isso foi passado para a família.

“O grupo trouxe benefícios sim, principalmente em relação ao sódio, porque falou bastante do sódio, na salsicha, nos embutidos, no caldo Knorr. Eu usava muito e já diminui” (A. M., 58 anos, hipertensa).

“Vocês fizeram uma boa ligação, uma boa visão, porque eu tava meio perdida, as vezes não comia isso porque tinha sal, não comia isso porque vai fazer mal, e agora eu sei o que pode e o que não pode e me alimentar bem” (D. C. S., 46 anos, hipertensa).

“Foi muito bom essas informações que vocês passaram, acompanhei todos os encontros, e aquele dia que vocês mostraram os saquinhos com sal, açúcar e gordura, pensei muito sobre a alimentação de casa e comecei a mudar” (R. L. S., 42 anos, hipertensa).

“Essas informações me ajudaram a controlar minha diabetes. Ganhei uma cesta de frutas e isso me ajudou a comer mais frutas” (F. A. O., 65 anos, diabético).

“Esse grupo deu uma boa qualidade de vida para a pessoa, com a receita e tudo melhorou bastante, pra mim foi nota 10, gostei bastante” (Q. L., 36 anos, excesso de peso).

“Em casa, estamos criando hábitos que a gente não tinha. Eu aprendi com vocês a transmitir pra outras pessoas” (D. R. L., 31 anos).

“Sobre a saúde, foi ótima a mudança, porque agente aprendeu como se alimentar, então a saúde só tem a melhorar” (M. J. M., 67 anos)

De acordo com Galeazzi (1996) é de conhecimento da maioria da população que a má alimentação tem papel importante no desencadeamento de doenças crônicas não transmissíveis, entretanto, tal tema tem influência reduzida no tocante à definição das ações de saúde, fazendo com que não se concretizem ações mitigadoras na vigilância à saúde, e, conseqüentemente, que não se aborde a situação como uma demanda coletiva que necessita de intercessão de um grupo interdisciplinar.

O grupo teve uma frequente participação desmostrando assim o interesse e a necessidade de uma extensão e infusão de programas nessa mesma linha de atividade, trabalhando a Nutrição no tocante de Educação Nutricional como tentativa de melhorar mesmo que minimamente a qualidade de vida da população.

## **5. Considerações Finais**

---

É fundamental que no começo do estágio o aluno conheça o local onde vai atuar, analisando dessa forma a demanda apresentada pela população. A prática só é efetiva quando há um envolvimento de todas as partes.

O grupo de Educação Nutrição no município, apresentou-se como uma atividade viável, vez que tenha apresentado resultados positivos. A continuação deste tipo de atividade é fundamental pois trás benefícios a população, permitindo que a nutrição possa atuar de maneira preventiva na comunidade.

## **Referências Bibliográficas**

---

GALEAZZI, M.A. M.(org). Segurança Alimentar e Cidadania: as contribuições das universidades paulistas. Campinas, SP: Mercado das Letras, 1996.

Ministério da Saúde (BR). Departamento de Atenção Básica. Guia prático do Programa de Saúde da Família, 2001.

## **Anexos**

---