

RELATO DE EXPERIÊNCIA DE DISCENTES DO PET GRADUASUS EM UM CENTRO DE APOIO PSICOSSOCIAL ÁLCOOL E DROGAS DO MUNICÍPIO DE BELÉM: ATIVIDADE DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL

Rayssa Caroline de Almeida Silva Silvino¹; Edileuda da Silva¹; Joicy Ferreira Martins¹;
Thaís de Oliveira Carvalho Granado Santos²; Naíza Nayla Bandeira de Sá³

¹Graduação, ²Especialização, ³Doutorado

^{1,3}Universidade Federal do Pará (UFPA),

²Secretaria Municipal de Saúde (SESMA)
assaralmeida@gmail.com

Introdução: Os Centros de Atenção Psicossocial Álcool e Drogas (CAPS AD) são serviços voltados para usuários de álcool e drogas que buscam assistência à saúde, ou ainda para aqueles que são encaminhados compulsoriamente para tratamento devido aos transtornos decorrentes do uso e da dependência de substâncias psicoativas (BRASIL, 2004). No município de Belém, a CASA AD funciona de segunda à sexta-feira nos turnos da manhã e tarde e conta com uma equipe multiprofissional que desenvolve atividades voltadas para o processo de recuperação/tratamento do usuário. O acolhimento de novos usuários é feito diariamente sem agendamento prévio. Os usuários acolhidos seguem um Plano Terapêutico Singular (PTS), que visa o desenvolvimento e ressocialização através de atividades em grupo ou individuais, conforme planejamento feito pelo seu técnico de referência, de acordo com o perfil do usuário e atividades disponíveis no serviço. Como atividade terapêutica os CAPS podem oferecer atividades de orientação em grupo, escolhendo algum tema específico, a fim de promover práticas de promoção à saúde entre as pessoas: técnicos, usuários, familiares e comunidade (BRASIL, 2004). A construção de habilidades pessoais em alimentação e nutrição está diretamente associada à educação alimentar e nutricional, sendo esta construída a partir do diálogo entre profissionais de saúde e a comunidade. Estratégias de Educação Alimentar e Nutricional são de fundamental importância para o exercício da autonomia e do autocuidado em nível individual e coletivo (BRASIL, 2012). Existem poucos relatos na literatura acerca de atividades de educação alimentar e nutricional desenvolvidas em serviços tipo CAPS, o papel da educação alimentar e nutricional está vinculado à produção de informações para subsidiar a tomada de decisões dos indivíduos que outrora foram vítimas da organização social, e se tornam agora, providos de direitos e poder de escolha na construção de hábitos saudáveis (SANTOS, 2005). Segundo a Resolução do CFN N° 380/2005 no que se refere às áreas de atuação e atribuições do Nutricionista, a Educação Alimentar e Nutricional é o procedimento realizado junto a indivíduos ou grupos populacionais, considerando as interações e significados que compõem o fenômeno do comportamento alimentar, para aconselhar mudanças necessárias a uma readequação dos hábitos alimentares (BRASIL, 2005). O guia alimentar para a população Brasileira se constitui como instrumento para dar apoio e incentivo a práticas alimentares saudáveis no que se refere ao âmbito individual e coletivo. Além disso, o guia serve para subsidiar políticas, programas e ações que visem incentivar, apoiar, proteger e promover a saúde e a segurança alimentar e nutricional da população (BRASIL, 2014). O guia faz recomendações sobre a escolha dos alimentos para compor uma alimentação nutricionalmente balanceada, saborosa, culturalmente apropriada, promotora de sistemas alimentares socialmente e ambientalmente sustentáveis. Os alimentos são classificados em quatro categorias de acordo com o tipo de processamento empregado na produção: alimentos in natura, alimentos minimamente processados, alimentos processados e alimentos ultraprocessados (BRASIL, 2014). **Objetivos:** Fomentar uma roda de conversa sobre os dez passos para uma alimentação saudável e sobre a nova classificação de alimentos,

conforme proposto no Novo Guia Alimentar para a população brasileira, entre os usuários de um Centro de Atenção Psicossocial Álcool e Drogas do município de Belém, PA. **Descrição da Experiência:** Trata-se de relato de experiência vivenciado por um grupo do Programa de Educação pelo Trabalho para a Saúde - PET-Saúde composto por acadêmicos e tutores do curso de Nutrição da Universidade Federal do Pará (UFPA) e por preceptores da secretaria municipal de saúde de Belém-Pa. A atividade foi realizada em um Centro de Atenção Psicossocial Álcool e Drogas do município de Belém/PA no dia 21 de Setembro de 2016. Participaram da Atividade educativa 22 pessoas, sendo 59,09 % do sexo masculino e 40,90 % do sexo feminino. A abordagem sobre os dez passos para alimentação saudável ocorreu por meio da apresentação e discussão de folder da secretaria municipal de saúde de Belém sobre o referido tema. O material além de conter recursos visuais como figuras e fotos de alimentos, tinha linguagem acessível e de fácil compreensão. As acadêmicas fizeram a leitura e explanaram cada passo dando exemplos diários de como introduzir alimentos saudáveis na alimentação diária, lançando mão de frutas e legumes da safra e proveniente de feiras que geralmente têm um preço acessível. Para a nova classificação de alimentos foi construído um pódio, com sinalização de cores (verde, amarelo e vermelho), relacionando o alimento com a atenção que devemos ter quanto o tipo de processamento e a frequência de consumo. A cor verde sinalizava que os alimentos in natura poderiam ser consumidos sem restrição; a cor amarelo indicava o consumo moderado de alimentos processados e a cor vermelha sinalizava que os alimentos ultraprocessados deveriam ser pouco consumidos. Após explicação do pódio e as diferenças entre alimento in natura, minimamente processado e ultraprocessado, os usuários foram convidados a participar da dinâmica. A atividade consistiu em classificar os alimentos segundo seu grau de processamento e para isso foi montado uma mesa com vários alimentos ordenados aleatoriamente. Quatro participantes se voluntariaram para montar a sequência, utilizando três alimentos, segundo os conceitos de processamento e as orientações preconizadas pelo Novo Guia Alimentar. **Resultados:** Todos os participantes acertaram a sequência e os alimentos, ordenando-os corretamente no pódio. As sequências propostas foram: Tomate, tomate sem pele enlatado e molho tipo ketchup; Espiga de milho, milho enlatado e salgadinho de milho tipo snack; Abacaxi in natura, abacaxi em calda e suco em pó de abacaxi; Uva, suco de uva integral e suco em pó de uva. Além desses, tinham mais quatro sequências dispostas na mesa. Após a dinâmica e a partir de questões norteadoras, os usuários fizeram perguntas sobre hábitos alimentares e alimentação saudável, demonstrando interesse no assunto. **Conclusão/Considerações Finais:** A utilização da roda de conversa e dinâmica da montagem da sequência de alimentos foi muito positiva no compartilhamento de conhecimento entre os usuários e servidores sobre alimentação saudável e as recomendações do Guia Alimentar, promovendo a interação e diálogo entre o grupo, e fortalecendo, dessa forma, o desenvolvimento psicossocial dos usuários que encontram-se em tratamento no serviço. Os objetivos do trabalho foram alcançados na ação educativa.

Referências:

1. Brasil. Saúde mental no SUS: Os centros de atenção psicossocial. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Brasília: 2004.[Periódico na Internet]. 2016 Setembro. [acesso em: 23 de setembro de 2016]. [aproximadamente 86 p.]. Disponível em: http://www.ccs.saude.gov.br/saude_mental/pdf/sm_sus.pdf.
2. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Política Nacional de Alimentação e Nutrição / Ministério da Saúde. Secretaria

- de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Brasília : Ministério da Saúde, 2012. [periódico na Internet]. 2016 Setembro. [acesso em: 23 de setembro de 2016]. Disponível em: http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_alimentacao_nutricao.pdf.
3. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. 2. ed. Brasília : Ministério da Saúde, 2014.
 4. Brasil. Conselho Federal de Nutricionistas. Resolução/CFN nº 380 de 28 de dezembro de 2005. Dispõe sobre a definição das áreas de atuação do nutricionista e suas atribuições, estabelece parâmetros numéricos de referência por área de atuação e dá outras providências. Diário Oficial da União 2005. [periódico de Internet]. 2016 Setembro. [acesso em: 23 de setembro de 2016]. Disponível em: <http://www.cfn.org.br/novosite/pdf/res/2005/res380.pdf>.
 5. Santos LAS. Educação Alimentar e nutricional no contexto da promoção de práticas alimentares saudáveis. Rev. Nutr. Vol. 18 nº 5. Campinas. 2005.