

# EDUCAÇÃO EM SAÚDE – DOENÇAS GASTROINTESTINAIS E A IMPORTÂNCIA DA HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS E DOS ALIMENTOS: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Rayara Pamela Nunes da Trindade<sup>1</sup>; Romênia Vidal de Freitas Estrela<sup>2</sup>; Yasmin Miranda de Matos<sup>3</sup>; Kyara da Silva Cassiano<sup>4</sup>; Lucas dos Santos Oliveira<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Graduando em Nutrição, Universidade Federal do Pará (UFPA);

<sup>2</sup>Mestrado em Saúde, Ambiente e Sociedade na Amazônia, UFPA;

<sup>3</sup>Graduando em Nutrição, UFPA;

<sup>4</sup>Graduando em Nutrição, UFPA;

<sup>5</sup>Graduando em Nutrição, UFPA

rayara.nutricao@gmail.com

**Introdução:** As ações de promoção da saúde e prevenção de doenças são planejadas para serem realizadas, preferencialmente, de forma intersetorial. Neste sentido, destaca-se a Atenção Primária de Saúde (APS) como um importante espaço para o desenvolvimento de ações preventivas com foco para a Educação em Saúde (ES)<sup>1</sup>. É neste ambiente que as equipes de saúde têm mais proximidade com a comunidade e, conseqüente, maior possibilidade de comunicação com a população usuária do Sistema Único de Saúde (SUS), esclarecendo-a quanto as doenças evitáveis e a importância do autocuidado, em especial, com medidas simples de higienização entre outros<sup>1</sup>. Em decorrência de hábitos alimentares inadequados, tem-se observado um crescente aumento de casos de doenças gastrointestinais na população brasileira, com destaque para Doença do Refluxo Gastroesofágico, Gastrite Crônica, Constipação Intestinal e Diarreia que, são definidas como: passagem do conteúdo gástrico para o esôfago gerando complicações, inflamação da mucosa do estômago, dificuldade de evacuar e eliminação frequente de fezes líquidas e/ou semilíquidas, respectivamente.<sup>2\_3\_4</sup>. Elas podem estar relacionadas às Doenças Transmitidas por Alimentos (DTA), que são patologias, geralmente, provocadas por alimentos que não foram bem higienizados e, pode ocorrer, também, devido a falta de assepsia na manipulação destes alimentos. Com isso, a higienização das mãos e dos alimentos é uma medida simples e barata para a prevenção e disseminação dessas doenças, podendo prevenir sintomas como vômitos, diarreia e dores abdominais quando essa é bem realizada. 5. A higiene pessoal é um tema de extrema relevância no que diz respeito à saúde, contudo, é necessário que a população tenha esclarecimento da sua importância e seja incentivada a realização do autocuidado. **Objetivos:** Descrever uma atividade de educação em saúde executada em uma Unidade Municipal de Saúde com o tema “Doenças Gastrointestinais e a Importância da Lavagem das Mãos e dos Alimentos”. **Descrição da Experiência:** A atividade foi desenvolvida na Unidade Municipal de Saúde (UMS) da Condor, e teve como público alvo os usuários que estavam na recepção da unidade à espera de marcação e/ou realização de exames ou consultas. A ação foi realizada no dia 14 de setembro como forma de atividade de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) das discentes do 7º Semestre do Curso de Nutrição da Universidade Federal do Pará, referente à disciplina de estágio supervisionado de Prática de Nutrição em Saúde Pública na unidade. Inicialmente as discentes se identificaram e, com auxílio de um cartaz elaborado por elas, prosseguiram com o desenvolvimento da atividade que tinha como objetivo esclarecer a respeito das doenças do trato gastrointestinal mais recorrente na UMS: Gastrite, Constipação, Refluxo e Diarreia. No cartaz havia informações acerca das causas, sintomas e medidas dietoterápicas que deveriam ser utilizadas em cada tipo de patologia citada. Ao final da exibição do cartaz e esclarecimento sobre essas doenças, foi realizada uma apresentação oral a respeito da importância do ato de lavar as mãos e os alimentos, com a finalidade de evitar o

acometimento de doenças e/ou mesmo disseminação delas, assim como piora no quadro quando diagnosticada. Também foi realizada uma demonstração da forma adequada para a lavagem das mãos, assim como da higienização dos alimentos em casa, em seguida, foi entregue aos ouvintes um folder que incorporava os passo-a-passos realizado durante esta apresentação. A abordagem utilizada no cartaz, na elaboração do folder e no momento da exposição do tema foi a mais didática possível, para possibilitar a compreensão dos indivíduos de todos os níveis de escolaridade que estivessem presentes, e conseqüentemente, obter um resultado mais satisfatório do objetivo proposto. Ao determinar as medidas dietoterápicas houve também o cuidado de selecionar alimentos regionais e que tivessem uma maior facilidade de acesso para a população ouvinte.

**Resultados:** Este presente nesta atividade um total de 19 participantes ouvintes, com maior presença de mulheres (80%), com idades entre 19 e 60 anos, e os homens com idades entre 40 e 52 anos. Ao finalizar a atividade os participantes foram estimulados a exercer o hábito de higienizar as mãos e alimentos em suas residências, destacando a importância de discutir à respeito do tema com seus familiares. O objetivo de repassar as informações ao público e esclarecer sobre o tema foi atingido, entretanto houve pouca interação dos ouvintes com as discentes, pois foram perguntados se tinham dúvidas com relação aos assuntos abordados, mas não expressaram nenhum tipo de posição.

**Conclusão ou Considerações Finais:** As iniciativas de ES estruturam as relações existentes entre os profissionais e usuários do SUS, bem como, fortalecem os papéis dos usuários como sujeitos no processo educativo, pois os ouvintes passam a ser multiplicadores de conhecimento, atuando como educadores no meio social em que estão inseridos. A experiência foi relativamente satisfatória, visto que a população da unidade estava atenta ao momento da apresentação, entretanto, há a necessidade da elaboração de uma metodologia de participação mais ativa com os participantes para que melhore a interação entre os emissores das informações e o grupo abordado. A ES mostra-se como um instrumento eficaz a ser desenvolvido pelos profissionais de nutrição no que concerne ao nutricionista-educador, além de utilizar metodologias de ensino-aprendizagem que favoreçam a construção de conhecimentos, a reflexão e a crítica necessária para a transformação de vida, bem estar e saúde dos usuários do SUS.

**Descritores:** Centros de Saúde, Gastroenteropatias, Desinfecção das Mãos.

#### **Referências:**

1. Meyer DEE et al. “Você aprende. A gente ensina?”: interrogando relações entre educação e saúde desde a perspectiva da vulnerabilidade. *Cad Saúde Pública*. 2006 jun; 22 (6): 1335-42.
2. Dantas RO. Diarreia e constipação intestinal. *Medicina Ribeirão Preto*. 2004; 37: 262-6.
3. Corsi PR, Gagliardi D, Horn M, Pochini CC, Neto RMO. Presença de Refluxo em Pacientes com Sintomas Típicos de Doenças do Refluxo Gastroesofágico. *Rev Assoc Med Bras*. 2007; 53(2): 152-7.
4. Ddine LC. Fatores Associados a Gastrite Crônica em Pacientes com Presença ou Ausência do *Helicobacter pilory*. *Arq Bras Cir Dig*. 2012; 25 (2): 96-100.
5. Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Higienização das mãos em serviços de saúde\\ Agência Nacional de Vigilância Sanitária - Brasília: Anvisa, 2007.