

## EDUCAÇÃO EM SAÚDE SOBRE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL PARA O PORTADOR DE DOENÇA DE CHAGAS

Ana Carolinny da Costa Silva<sup>1</sup>; Daniela de Alencar da Silva<sup>2</sup>; Lilian Pereira da Silva Costa<sup>3</sup>; Dilma do Socorro Moares de Souza<sup>4</sup>; Maria do Socorro Pascoa Viegas<sup>5</sup>

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

<sup>2</sup>Graduando, UFPA;

<sup>3</sup>Mestrado, UFPA;

<sup>4</sup>Doutorado, UFPA;

<sup>5</sup>Especialização, UFPA;

anacarinny.nutri18@gmail.com

**Introdução:** A educação alimentar e nutricional (EAN) tem por finalidade contribuir para a promoção e a proteção da saúde, através de ações que visem a alimentação e nutrição, contribuindo de maneira significativa no controle das doenças crônico-degenerativas. Nesse sentido, as orientações para a melhoria das práticas alimentares e dos hábitos de vida saudáveis dos indivíduos da população incluem a avaliação nutricional, a detecção de problemas na alimentação e a intervenção nutricional, o que possibilita o acesso ao conhecimento por parte do indivíduo e favorece que eles façam escolhas mais corretas em relação a sua saúde. A adoção de um estilo de vida saudável nem sempre é tão fácil, requer informações, oportunidades e motivação para fazê-las. Nesse contexto, torna-se evidente a necessidade de ações para socialização do conhecimento. Além de favorecer a assimilação de conhecimentos sobre a importância da prevenção de agravos e de doenças, por meio de ações, individuais e coletivas, as quais possam viabilizar o autocuidado e também a detecção precoce de enfermidades. A partir desta perspectiva, a realização de salas de espera em um ambulatório mostra-se de grande relevância, pois abrange, além da saúde, os aspectos socioculturais do indivíduo, visando a qualidade de vida e, conseqüentemente, potencializando o bem-estar físico, mental e social do sujeito. Nesse contexto, foram desenvolvidas atividades de sala de espera em um Programa Interdisciplinar para pacientes com Doença de Chagas (DCh), a fim de disseminar informações que contribuíssem para a promoção da saúde. Uma profissional nutricionista juntamente com a atuação de graduandas do curso de nutrição foram inseridos como facilitadores nesse processo de troca de experiências, de construção de aprendizado. **Objetivos:** Descrever a experiência ao realizar as atividades de educação alimentar e nutricional para portadores de DCh e acompanhantes de pacientes. **Descrição da Experiência:** Trata-se de um relato descritivo, no qual se tem uma abordagem qualitativa das atividades de sala de espera realizadas no período de agosto de 2016 a março de 2017, ocorrendo às terças-feiras no turno da tarde com duração média de 30 minutos para cada atividade com a participação de pacientes e acompanhantes que aguardavam atendimento. As atividades consistiam em palestras e rodas de conversas com a utilização de folders com diversas figuras, para melhor entendimento dos participantes. Os materiais foram elaborados pela própria equipe de nutricionista e acadêmicas de Nutrição. Foram abordados os seguintes temas: Recomendações nutricionais para a DCh, reforçando as orientações com a alimentação saudável, relação da alimentação com as formas de manifestação da DCh, orientações sobre a prevenção da DCh, recomendações sobre a importância do selênio. Foi usado também como recurso educativo, dentro dessas atividades, uma caixa com figuras ilustrativas de aspectos alimentares, como fracionamento adequado das refeições, de alimentos in natura, processados e ultra processados, da castanha do Pará. Nessa dinâmica o acompanhante e/ou paciente retirava uma figura de dentro da caixa e expressava o que aquela figura significava, incorporado ao que a pessoa teria

conhecimento. Após isso, as estagiárias articulavam sobre significado da imagem e tiravam dúvidas dos indivíduos, assim acontecia até a última imagem e por fim eram feitas as considerações finais sobre as imagens. As recomendações sobre alimentação saudável eram baseadas no Guia Alimentar para a População Brasileira. **Resultados:** Foi atingido um público de 187 participantes, em diversas faixas etárias e classes sociais. Ao iniciar as atividades, observou-se que os participantes desconheciam algumas informações em relação à DCh, principalmente em relação às questões nutricionais, como por exemplo, sobre os alimentos que podem ajudar e prejudicar no tratamento da DCh. Diante disso, foram retiradas as dúvidas que foram surgindo ao longo das palestras, rodas de conversas e durante a atividade da caixa com as figuras também. Foi observado que a utilização de palestras, rodas de conversa e a caixa com figuras, bem como o uso de folders, tornou-se uma boa ferramenta para o aprendizado tanto dos pacientes como dos acompanhantes sobre a alimentação saudável. **Conclusão ou Considerações Finais:** As atividades em sala de espera permitem uma aproximação e interação do profissional com os pacientes, proporcionando um trabalho de educação nos níveis de promoção de saúde e prevenção de agravos, sendo um meio para sanar dúvidas da população neste contato. A interação em sala de espera acaba promovendo uma menor busca por consultas por motivos específicos, em virtude de algumas questões relacionadas à saúde apresentarem caráter mais simples e serem elucidadas nestas atividades. Além da importância para todas as acadêmicas de Nutrição, pois através destes tornou-se possível compreender melhor os pacientes e todos os aspectos que o envolvem, tornando o atendimento mais humanizado. Espera-se que a disseminação dessas informações, através do material didático e outras ferramentas de educação, possa levar os pacientes e seus acompanhantes e aos profissionais da saúde uma orientação de seus julgamentos diários relacionadas à alimentação saudável para prevenção e recuperação da saúde. A experiência em extensão, mostra ao acadêmico a realidade enfrentada pela população, propicia o interesse pela pesquisa e produção de trabalhos científicos, finda por manter ativo o papel da universidade pública, que deve ter papel crítico e humanizado com as dificuldades que enfrentam.

**Descritores:** Doença de Chagas, Educação alimentar e nutricional, Alimentação saudável.

#### **Referências:**

1. Santos, LAS. Educação alimentar e nutricional no contexto da promoção de práticas alimentares saudáveis. Rev. Nutr., Campinas, v. 18, n. 5, p. 681-692, Oct. 2005.
2. Teixeira, ER, Veloso EC. O grupo em sala de espera: território de práticas e representações em saúde. Texto Contexto Enferm., Florianópolis, v. 15, n. 2, p. 320-325, abr./jun. 2006.
3. Castiel D, Vasconcelos-Silva R. Internet e auto-cuidado em saúde: como juntar trapinhos?. Hist, Ciênc Saúde - Manguinhos. 2002; 9(2)291-314.
4. Rodrigues AD, et al. Sala de espera: um ambiente para efetivar a educação em saúde. Vivências, 5(7): 101-106, 2009.
5. Rocha M; Ministério da Saúde. Guia Alimentar para a População Brasileira. 2 ed. Brasília. 2014.