



RELATO DE EXPERIÊNCIA EM ESTÁGIO DE NUTRIÇÃO EM SAÚDE PÚBLICA: ENFOQUE NAS AÇÕES DE EAN DESENVOLVIDAS EM SALAS DE ESPERA NA UNIDADE DE SAÚDE DA FAMÍLIA SANTA MÔNICA, SALVADOR-BA

TASSYARA GUERRA NEGREIROS DE ARAÚJO; CAMILA SOUZA DOS SANTOS;
KARINE BRITO BECK DA SILVA

RESUMO

Como componente curricular essencial para a formação do nutricionista encontra-se o estágio de nutrição em Saúde Pública, que paramenta os estudantes por meio da atuação no âmbito da Atenção Básica. O nutricionista atua no cuidado e prevenção dos agravos em saúde tendo sido inserido em 2008 ao NASF (Núcleos de Apoio à Saúde da Família) com o intuito de ampliar a rede de amparo à saúde da população. Sendo assim o presente trabalho trata-se de um relato de experiência das atividades desenvolvidas em campo de estágio supervisionado em Saúde Pública, do curso de Bacharelado em Nutrição da Universidade Jorge Amado (UNIJORGE), campus Paralela. As atividades ocorreram na Unidade de Saúde da Família Santa Mônica, no município de Salvador, Bahia, entre os meses de outubro e novembro de 2023. A inserção do nutricionista nas unidades básicas de saúde é imprescindível em resposta à transição nutricional que vem trazendo aumento das doenças crônicas não-transmissíveis, como diabetes mellitus tipo II. Sendo assim, objetivou-se a qualificação dos estagiários sobre a atuação do nutricionista na Atenção Básica, possibilitando a geração de conhecimentos práticos e direcionamento das responsabilidades inerentes ao nutricionista no atendimento a população adscrita. Foram realizados atendimentos nutricionais de pacientes que procuraram o serviço por demanda espontânea, salas de espera educativas e atualização de cadastro no programa do Bolsa Família. Nas ações de EAN em salas de espera houve a propagação de conhecimentos sobre nutrição de modo a corroborar para uma melhora nas escolhas alimentares das pessoas, enquanto aguardavam serem atendidos por outros profissionais. A população assistida pela Atenção Básica tende a buscar o nutricionista apenas quando possui a indicação médica, no tratamento coadjuvante de suas patologias, ou se estiver fora da faixa de peso adequada. O desconhecimento por muitos de que a nutrição atua na prevenção dos agravos em saúde é um fator limitante à atuação do nutricionista na Atenção Básica. Assim, o nutricionista deve agir sobretudo como um educador em saúde, visando a promoção de práticas alimentares saudáveis.

Palavras-chave: Saúde da Comunidade; Comportamento Alimentar; SUS; Autonomia; Coletividade.

1 INTRODUÇÃO

No escopo da resolução dos agravos em saúde foi criada em 1994 o programa do governo ESF (Estratégia Saúde da Família), que centrava-se na atuação do agente comunitário de saúde. Com o intuito de ampliar a rede de amparo no ano de 2008 foi instaurado o NASF, Núcleos de Apoio à Saúde da Família, que contemplava outros profissionais, tendo aí a

inserção do nutricionista. No âmbito da Atenção Básica o nutricionista não deve ter suas ações direcionadas para a Unidade Básica de Saúde, mas sim ao território a que está inserido dando atenção a atender as demandas da população conforme suas especificidades. A Educação Alimentar e Nutricional (EAN), na promoção do Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA), na garantia da Segurança Alimentar e na Promoção da Saúde, visa promover a prática autônoma e voluntária de hábitos alimentares saudáveis (BRASIL, 2021; SANTOS *et al.*, 2023), dotando o indivíduo de conhecimentos inerentes a tais práticas e seus impactos no surgimento e tratamento de suas enfermidades.

Grupos de pacientes com doenças crônicas não-transmissíveis (DCNT), principalmente hipertensão, diabetes e obesidade, se beneficiam diretamente das ações de EAN pois nelas fazem-se uso de recursos educacionais ativos e baseados em problemas, que promovem o diálogo ou a troca de conhecimentos e práticas entre os partícipes e os profissionais de saúde com conhecimento técnico e científico, proporcionando uma maior expansão de conhecimento sobre suas patologias (BEZERRA, 2020).

Entretanto, a população assistida pela Atenção Básica tende a buscar o nutricionista apenas quando possui a indicação médica, no tratamento coadjuvante de suas patologias, ou quando encontra-se ou muito abaixo ou muito acima da faixa de peso adequada. O desconhecimento por muitos de que a nutrição atua na prevenção dos agravos em saúde é um fator limitante à atuação do nutricionista na Atenção Básica. Assim, um bom nutricionista deve agir sobretudo como um educador em saúde, onde através da orientação na mudança de hábitos, visando práticas alimentares mais saudáveis, pode instigar melhoras na qualidade de vida das pessoas. É necessário assentir que a atuação do nutricionista na atenção básica é resolutiva, urgente e preponderante na mitigação de distúrbios como a obesidade, carências nutricionais de micronutrientes específicos ao desenvolvimento humano em todas as faixas etárias, desnutrição e outros agravos.

A Unidade de Saúde da família Santa Mônica, local onde ocorreu o campo de estágio, fica localizada no município de Salvador/BA e foi implantada em 2004. Conta com assistência a população nos serviços de clínica médica e odontológica, farmacêutica, agentes comunitários de saúde, insertos no âmbito da Estratégia Saúde da Família. Não possui equipe de nutrição perene, mas viabiliza a entrada de estudantes para estágio curricular, supervisionado. Presta assistência no cadastro e cadastramento do programa Bolsa Família, e no que tange a coleta de dados nutricionais realiza a aferição do peso e altura. Foram desenvolvidas atividades de EAN junto a população que vinha a unidade buscando assistência. Ocorreram três ações deste cunho, denominadas Salas de Espera, no decorrer do estágio, que iniciou-se no final de outubro e finalizou-se no início de dezembro.

Nas salas de espera objetivou-se a divulgação de conhecimentos sobre nutrição a fim de corroborar para uma melhora nas escolhas alimentares das pessoas. A primeira ocorreu em outubro, e teve como base a aferição de peso e altura, entrega do diagnóstico nutricional e aconselhamento sobre as patologias dos presentes, focando em DCNT com a entrega da cartilha dos 10 Passos para uma alimentação saudável. A segunda Sala de Espera foi sobre a prevenção do câncer de próstata, campanha do Novembro Azul, e foi utilizada como metodologia de alcance a atenção do público-alvo uma dinâmica de mitos x verdades, onde eles interagem sorteando as perguntas e respondendo-as conforme seus conhecimentos. A terceira trouxe a temática do desperdício de alimentos, com palestra educativa e distribuição de cartilhas contendo receitas de reaproveitamento das partes que geralmente são descartadas, como cascas e sementes de frutas.

No decorrer do estágio houveram atendimentos nutricionais de pacientes que buscaram por demanda espontânea o serviço de nutrição. O público mais presente foram idosos portadores de DCNT e mulheres jovens grávidas com predisposição a diabetes mellitus gestacional (DMG). Ainda, como atividade pertinente aos estagiários de nutrição a aferição de

peso e altura de famílias usuárias do Bolsa Família, que vinham atualizar o cadastro.

Sendo assim, o objetivo foi a qualificação dos estagiários a respeito da atuação do nutricionista na Atenção Básica, possibilitando a geração de conhecimentos práticos e o direcionamento das responsabilidades inerentes ao atendimento à população adscrita.

2 RELATO DE EXPERIÊNCIA

As ações de EAN foram desenvolvidas para total aproveitamento do tempo de estágio, sendo apelidadas pela equipe de estagiários de nutrição de Salas de Espera, em razão de ocorrerem na recepção da unidade de Saúde da Família Santa Mônica.

Na primeira ação de EAN objetivou-se a realização de uma conversação sobre a alimentação saudável, com direcionamento para as doenças crônicas dos presentes. Aplicou-se como ferramenta metodológica materiais de apoio, como a cartilha dos 10 Passos para uma alimentação adequada e saudável, e foram entregues sugestões de combinações de alimentos para pacientes com diabetes tipo II. Foi realizada a aferição do peso e altura com entrega de cartão com o diagnóstico nutricional. Como maneira de alcance foi apresentada uma receita de bolo de banana sem açúcar, juntamente com cartilha sobre os benefícios da aveia, ingrediente utilizado no bolo. Incentivou-se o uso da canela e de outros temperos naturais, o aumento do consumo hídrico com cálculo da quantidade de ingestão diária àqueles que desejaram e outras sugestões que foram surgindo conforme as dúvidas.

A segunda ação de EAN, Sala de Espera Novembro Azul, foi incrementada a ação que a unidade havia programado em promoção a campanha de conscientização sobre o câncer de próstata. Realizou-se uma dinâmica com os presentes a respeito de mitos e verdades sobre a alimentação na prevenção do agravo.

A terceira ação teve como eixo temático o aproveitamento integral dos alimentos. Com o intuito de gerar conscientização e aguçar a criatividade sobre o uso integral dos alimentos realizou-se uma palestra educativa com posterior entrega de receitas. Geralmente partes comestíveis são descartadas por não serem conhecidas nas práticas alimentares formas de realizar o seu total aproveitamento. Ao abordar esse assunto e trazer como incremento ideias de possíveis usos pode-se gerar benefícios tanto na manutenção do estado nutricional das famílias, como ser fator de economia nas despesas com alimentação. Bolo de casca de mamão, torta de casca de abóbora com talos e suco de casca de abacaxi foram as receitas entregues. Informações sobre a conservação dos alimentos, forma correta de higienização das frutas, legumes e verduras foram outros pontos abordados.

3 DISCUSSÃO

As atividades desenvolvidas na Unidade de Saúde da Família Santa Mônica contemplaram o proposto pela disciplina de estágio supervisionado, agregando conhecimentos práticos inerentes a atuação do nutricionista na saúde pública. As ações de EAN obtiveram alcance participativo das pessoas nas salas de espera. Utilizou-se uma linguagem simples e baseada na escuta ativa, de modo que os partícipes sentiram-se confortáveis para perguntar e opinar sobre os eixos temáticos. A aferição do peso/altura teve menor adesão, indicando insatisfação com a imagem corporal expressa verbalmente por grande parte dos usuários presentes. No geral a entrega de cartilhas e outros materiais impressos despertaram maior interesse, demonstrando a relevância do nutricionista na utilização de materiais de apoio nas ações de EAN.

4 CONCLUSÃO

O estágio supervisionado em Saúde Pública na Unidade de Saúde da Família Santa Mônica trouxe a ambiência dos papéis desempenhados pelo nutricionista dentro da Atenção Básica. Sucedeu-se através das ações de EAN nas salas de espera, nos atendimentos nutricionais individualizados e na atualização cadastral do Bolsa Família. Salvador-BA é uma cidade populosa e coberta por extensa rede assistencial em saúde, e com a implantação das unidades básicas nos bairros o alcance se ampliou. A inserção do nutricionista na equipe de assistência da Atenção Básica permite que as iniquidades em saúde advindas da alimentação entrem no rol de discussão e elaboração das políticas públicas. A presença do nutricionista é resolutiva, urgente e preponderante na mitigação de distúrbios como a obesidade, carências nutricionais de micronutrientes específicos ao desenvolvimento humano em todas as faixas etárias, desnutrição e outros agravos.

REFERÊNCIAS

BEZERRA, R. K. C. Educação Alimentar e Nutricional no âmbito da Estratégia Saúde da Família: uma revisão integrativa. **Revista Sítio Novo**, v. 4 n. 3 p. 256-264. Palmas, jul/set 2020.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento e Assistência Social, Familiar e Combate à Fome. Caisan. **Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional**. Educação Alimentar e Nutricional. Brasília: Governo Federal, 2021.

SANTOS, L. O.; DUDAR, J. L.; SANTOS, S. A.; VIEIRA, E. L. Atividade de educação em nutrição: escolhas alimentares adequadas e saudáveis dos comensais de uma Unidade de Alimentação e Nutrição. **Salão do Conhecimento**, v. 9, n. 9. Unijuí, 2023.