



RODA DE DISCUSSÃO SOBRE UMA ALIMENTAÇÃO BALANCEADA DURANTE A GESTAÇÃO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

**IZABELE AMANDA DA SILVA; GEYSLANE PEREIRA MELO DE ALBUQUERQUE;
THAMIRIS EMANUELLY MONTEIRO DE LIMA COSTA**

INTRODUÇÃO: A roda de gestante consiste em uma ação de educação em saúde, com gestantes e a família sendo um grupo de apoio, acolhimento e orientação quanto ao período gestacional, com temas relevantes, principalmente sobre alimentação saudável, já que garante o desenvolvimento fetal e o bem-estar e a saúde da mulher. **OBJETIVO:** Relatar a experiência vivenciada por acadêmicos de enfermagem durante a realização de uma roda de discussão com gestantes acerca da alimentação saudável, como estratégia de educação em saúde realizada em uma Unidade de Saúde da Família no município de Vitória de Santo Antão - PE. **RELATO DE EXPERIÊNCIA:** Trata-se de um estudo descritivo, tipo relato de experiência, desenvolvido na Unidade de Saúde do Bau, no município de Vitória de Santo Antão, durante o estágio da disciplina saúde da mulher, no primeiro semestre do ano de 2023. O público-alvo foram gestantes e acompanhantes que aguardavam na sala de espera para a consulta de pré-natal. A roda foi realizada no consultório, no qual estavam presentes as gestantes, a enfermeira da unidade, a preceptora e estudantes de enfermagem da Universidade Federal de Pernambuco, onde foi discutido o benefício de uma alimentação balanceada e os riscos de uma ingestão de alimentos que não é adequada para o desenvolvimento do RN e possíveis doenças. Utilizou-se recursos audiovisuais para trabalhar as temáticas com as gestantes, que foram a utilização de 'plaquinhas' de 'verdadeiro' e 'falso', juntamente com a dinâmica 'quiz', com foco em perguntas sobre as principais dúvidas, com objetivo de observar o aprendizado adquirido e depois finalizar a ação. **DISCUSSÃO:** A roda de gestante traz uma forma de promoção da educação em saúde para mulheres, trazendo aprendizado suficiente para as mesmas se tornarem mais confiantes e seguras durante a gestação. **CONCLUSÃO:** Diante do exposto, foi possível identificar que as mulheres presentes responderam muito bem a iniciativa, assim deixando a equipe satisfeita. Além disso, foi possível identificar um certo déficit em relação aos benefícios de uma alimentação saudável durante a gestação pelas pacientes, o que motivou a equipe da unidade junto com a preceptora a promover ações similares.

Palavras-chave: Ação, Saúde, Educação, Conversa, Mulheres.