



**PROMOÇÃO DA SAÚDE DIGESTIVA : RELATO DE EXPERIÊNCIA DE UMA
ATIVIDADE DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL REALIZADA EM UMA
UNIDADE DE ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE EM FORTALEZA**

SABRINA SAMPAIO FERREIRA; ANTÔNIO CIRO HOLANDA NETO; BÁRBARA REGINA DA
COSTA DE OLIVEIRA PINHEIRO COUTINHO; MARIA ROSIMAR TEIXEIRA MATOS;
SAMIRA DE ARAÚJO PEREIRA

Introdução: O funcionamento adequado do sistema digestório, depende do equilíbrio de fatores como microbiota, pH do estômago e intestino e boa saúde bucal. Um desequilíbrio na saúde digestiva pode afetar diretamente o sistema digestório causando sintomas que vão desde gases e cólicas abdominais até irritações e lesões. Uma dieta balanceada e educação nutricional contribuem com melhores escolhas alimentares, contribuindo na melhora da saúde gastrointestinal. **Objetivo:** O objetivo do estudo é relatar sobre a experiência obtida em uma ação realizada em uma Unidade de Atenção Primária à Saúde (UAPS), discorrer sobre a relevância de atividades de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) exercidas com a comunidade durante o período da graduação. **Relato de experiência:** Foi realizada uma atividade de extensão com a população idosa, na UAPS Dom Aloísio Lorscheider, na cidade de Fortaleza, no dia 16 de maio de 2024. A ação foi mediada por estudantes de nutrição e pela nutricionista da Unidade. Foram utilizados folders e banner para fazer o apoio visual, além da degustação de um “suchá” de hortelã com abacaxi. O momento contou com uma dinâmica de mitos e verdades sobre saúde digestiva, onde foram distribuídas placas de 'certo' ou 'errado', as quais foram utilizadas pelo público conforme as alternativas eram apresentadas. Ao final, houve uma discussão acerca de cada alternativa, onde foram citados exemplos e situações cotidianas. Dessa maneira, foi possível elucidar as dúvidas e compartilhar o conhecimento. A experiência foi enriquecedora, pois possibilitou a aplicação prática dos conhecimentos adquiridos durante a formação acadêmica, além disso, a interação direta com a comunidade permitiu desenvolver habilidades de comunicação e educação em saúde, reforçando o papel dos futuros profissionais na promoção do bem-estar e na prevenção de doenças. **Conclusão:** A atividade de EAN realizada UAPS permitiu aos discentes vivenciar de forma prática os desafios e demandas vivenciados na saúde pública. Durante a ação, foi possível desempenhar habilidades essenciais para a prática profissional, como a comunicação eficaz e escuta ativa. Ao interagir diretamente com a comunidade, os discentes puderam compreender melhor as realidades sociais e econômicas que influenciam os hábitos alimentares locais, o que enriqueceu sua formação acadêmica e prática.

Palavras-chave: Atenção básica, Sistema digestório, Orientação nutricional, Saúde intestinal, Nutrição de grupos vulneráveis.