



ABORDAGEM LÚDICA DE PROMOÇÃO À ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL AOS CLIENTES PSIQUIÁTICOS: RELATO DE EXPERIÊNCIA

HERIFRANIA TOURINHO ARAGÃO; MARIA EDUARDA DE MENEZES OLIVEIRA;
ROBERTTA CHRISTINE ARAÚJO BEZERRA; ISABELLA BARROS ALMEIDA SAMPAIO;
GABRIELLE GOMES DA FONSECA

Introdução: A alimentação é uma etapa importante na reabilitação psicológica e física, pois além de fornecer nutrientes, possibilita a autonomia do paciente e agrega no tratamento e prevenção de transtornos psiquiátricos. **Objetivos:** O objetivo é descrever um relato de experiência de graduados de enfermagem da Estácio de Sá Sergipe sobre uma oficina de alimentos saudáveis destinada aos clientes psiquiátricos de uma residência terapêutica. **Relato de experiência:** Trata-se de um projeto de extensão, de caráter descritivo e qualitativo, realizado em um Serviço Residencial Terapêutico (SRT) situado em Região Metropolitana em Sergipe. A oficina foi realizada a partir de atividades práticas e dialogadas para 17 clientes psiquiátricos, no mês de maio de 2023, dividida em três etapas para promover a compreensão sobre a importância de uma alimentação saudável. **Discussão:** Na primeira etapa os clientes foram estimulados a reconhecer os alimentos saudáveis e não saudáveis por meio de figuras ilustrativas. A segunda etapa envolveu a montagem de uma refeição saudável em prato ilustrativo por meio do recorte e colagem de imagens de alimentos. Por fim, na terceira etapa, os clientes tiveram a liberdade de preparar seus próprios sanduíches com diversos tipos de alimentos disponíveis (alface, tomate, pão de forma e frango), para promoção da autonomia. Os alimentos morango, uva, maçã, laranja foram os mais citados pelos clientes como saudáveis, enquanto, os não saudáveis, foram hambúrguer, picolé e sorvete. Somente alguns clientes psiquiátricos relacionavam o picolé, sorvete e hambúrguer como alimentos saudáveis, em razão pela preferência alimentar ao sabor, além de afirmar desconhecer alguns alimentos, como kiwi e bacon. **Conclusão:** As atividades realizadas possibilitaram aos clientes psiquiátricos a interagirem entre si e a compartilhar suas próprias experiências com os alimentos entre seus pares e os discentes de enfermagem, além de possibilitar o contato dos discentes para quebra de tabus quanto a assistência ao paciente psiquiátrico com um olhar humanizado no cuidar.

Palavras-chave: Oficina lúdica, Saúde coletiva, Enfermagem psiquiátrica, Promoção a saúde, Saúde mental.