



EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL SOBRE INFORMAÇÕES EM SAÚDE E NUTRIÇÃO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

KARINE REZENDE BORGES; TAMARA BATISTA TEIXEIRA; VIRGÍNIA CAMPOS MACHADO

Introdução: O acesso à informações verdadeiras e fontes confiáveis de informação em saúde é fundamental para evitar impactos negativos, diante da grande propagação de notícias falsas. O aumento na divulgação de informações sobre alimentação e nutrição baseadas no senso comum e com baixo nível de evidência influenciam pessoas a fazerem mudanças alimentares desnecessárias. Portanto, a atuação de profissionais de saúde na promoção de conhecimentos, amplia a capacidade de análise crítica da população, ajudando a identificar fontes seguras de informação. **Objetivo:** Relatar a experiência de uma Educação Alimentar e Nutricional sobre informações de alimentação e nutrição frequentemente compartilhadas, estimulando reflexão quanto a veracidade e impacto na saúde. **Relato de experiência:** A intervenção foi realizada entre fevereiro e agosto de 2024 contando com a participação de 64 usuários, participantes de três grupos de atividade física de Unidades Básicas de Saúde de Amargosa - Bahia. A equipe responsável pela atividade foi composta por duas nutricionistas residentes do Programa Estadual de Residência Multiprofissional Regionalizado em Saúde da Família. Realizou-se um encontro por grupo. Ao identificar frequentes relatos de busca por informação na internet, o amplo compartilhamento nas redes sociais e dúvidas quanto à veracidade dessas informações, considerou-se necessário discutir a (des)informação em saúde, a fim de fortalecer a autonomia dos indivíduos na tomada de decisões. O jogo Concorde, Discordo e Tenho Dúvidas foi adaptado, pensando-se na disponibilidade de tempo e variedade de subtemas. Construiu-se o material baseado nos princípios da Educação Popular em Saúde e Metodologia da Problemática, valorizando conhecimentos prévios e aprendizagem significativa. Elaborou-se 20 cards com frases e imagens, contendo informações verdadeiras e equivocadas sobre alimentação e nutrição. Eles foram distribuídos aos participantes, que deveriam ler e julgar o conteúdo e, depois, colar no mural identificando como “concorde”, “discordo” e “tenho dúvida”. Seguiu-se com a problematização das informações, debatendo em grupo e realizando a apresentação de fontes confiáveis e estratégias para identificar informações enganosas. **Conclusão:** Dinâmicas interativas enriquecem a educação em saúde e quando adequadas à realidade local, garantem a eficácia da ação. Identificou-se o suprimento das necessidades da população diante dos relatos sobre obtenção de novos conhecimentos e seus impactos positivos.

Palavras-chave: **EDUCAÇÃO EM SAÚDE; EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL; SAÚDE; MATERIAIS DIDÁTICOS; INFORMAÇÃO**