

## RELATO DE EXPERIÊNCIA: REFLEXÕES SOBRE ATIVIDADES DE EDUCAÇÃO NUTRICIONAL NO CONTEXTO DE UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE (UBS)

MACIELE DA CRUZ TAVARES  
THAYNARA PRISCILA DOS SANTOS  
SANDRA CRISTINA DA CRUZ MAIA (CRN 5ª 1659)  
TALITA KIZZY BARBOSA BARRETO (CRN 5 4307)  
Universidade Tiradentes- UNIT, Aracaju/Se, Brasil  
maciele20@hotmail.com

**Palavras Chaves:** Educação Nutricional; Promoção da Saúde; Alimentação Saudável

**INTRODUÇÃO:** A educação nutricional é ferramenta de instrução para indivíduos que pode contribuir para a construção de bons hábitos alimentares no tocante a promoção da saúde e qualidade de vida. A promoção da saúde visa à capacitação da comunidade para atuar na melhoria de sua qualidade de vida e saúde, incluindo maior participação no controle desse processo (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2002). Esta é um grande auxílio para dar ao profissional nutricionista sustentação a sua atuação no campo da Saúde Pública (BOOG, 2008). Trata-se, portanto, de um profissional apto a participar efetivamente da produção e reprodução das práticas de atenção à saúde no Brasil (MOREIRA; FREITAS, 2010). Sendo assim, este trabalho refere-se a um relato de experiência de práticas educativas realizadas pelos acadêmicos de Nutrição em Unidades Básicas de Saúde (UBS). A finalidade das ações educativas foi ressaltar a importância da alimentação saudável na promoção da saúde. **OBJETIVO:** Este relato tem como objetivo descrever as ações educativas realizadas na UBS Aracaju/SE, descrevendo abordagem e orientações para público da sala de espera no tocante a prática de uma alimentação saudável. **METODOLOGIA:** A elaboração das atividades foi pautada na educação nutricional visando incentivar hábitos alimentares saudáveis. A temática englobou seis módulos, com duração de 30 minutos de atividades interativas. Dentre as ações desenvolvidas podemos citar: rodas de conversa, dinâmicas, orientação nutricional e oficinas culinárias com degustação, com objetivo de estimular práticas alimentares saudáveis. Os temas abordados: 10 passos da alimentação saudável, composição de cardápios, dicas culinárias e alimentos detox. Toda didática aplicada de forma interativa e participação do público alvo. **RESULTADOS:** Mediante interação do público e receptividade nas atividades realizadas, percebeu-se que as ações de educação nutricional é de fundamental importância, pois propicia a comunicação, discussão, elucidação de temas que, por conseguinte promovem adoção de práticas alimentares saudáveis, ressaltando que estratégias interativas e dinâmicas facilitam a troca de conhecimentos e aconselhamento nutricional. **CONCLUSÃO:** As atividades desenvolvidas obtiveram participação efetiva do público sala de espera, pela interação podemos classificar com efetiva e gratificante no quesito aprendizado individual e coletivo, caracterizando partilha de conhecimentos pautadas no contexto alimentação saudável. Assim, vê-se a importância do profissional Nutricionista sendo um colaborador da saúde e no processo educativo.

### REFERÊNCIAS

MOREIRA, Patricia Vasconcelos Leitão; FREITAS, Cláudia Helena Soares de Moraes. **Educação em saúde nos cenários de práticas dos estudantes de nutrição.** Revista de APS, v. 13, n. 4, Juiz de fora (2010). Disponível em: <http://www.aps.ufjf.br/index.php/aps/article/view/854/395>.  
BOOG, Maria Cristina Faber. **Atuação do nutricionista em saúde pública na promoção da alimentação saudável.** Revista Ciência & Saúde, Porto Alegre, v. 1, n. 1, 2008.

---

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. **Projeto Promoção da Saúde**. As Cartas da Promoção da Saúde. Brasília: Ministério da Saúde; 2002.

Brasil Ministério da Saúde. **Guia Alimentar para população brasileira promovendo a alimentação saudável**. Série A Normas e Manuais técnicos. Promovendo a alimentação saudável. Secretaria de Atenção à saúde. Departamento de atenção básica.