

**RELATO SOBRE A EXECUÇÃO DE UMA ATIVIDADE DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL COM OS PACIENTES NA SALA DE ESPERA DA CLINICA ESCOLA DE NUTRIÇÃO DA UFS CAMPOS LAGARTO-SE**

**LUCAS DE ANDRADE SANTOS\***

**VICTOR BATISTA OLIVEIRA**

**KELLY PROTASIO DE SOUZA - CRN5 1898**

**JACKSON NERIS DE SOUZA ROCHA - CRN5 5405**

**DALINE FERNANDES DE SOUZA ARAUJO - CRN5 7190.**

Universidade Federal de Sergipe (UFS). Campus Professor Antônio Garcia Filho, Departamento de Nutrição, Cidade: Lagarto, Estado: Sergipe, País: Brasil. Email: [lucasdeandrade05@gmail.com](mailto:lucasdeandrade05@gmail.com)\*

**PALAVRAS CHAVE:** Educação alimentar e nutricional; sala de espera; autonomia; promoção da saúde; nutrição.

**INTRODUÇÃO:** A educação alimentar e nutricional é uma das principais estratégias de promoção da saúde, visto que contribui para o desenvolvimento da autonomia dos indivíduos quanto a sua alimentação, bem como a adesão de práticas alimentares adequadas e saudáveis (SANTOS, 2012). O Guia Alimentar da População Brasileira constitui um importante instrumento para apoiar as práticas educativas, principalmente nos serviços de saúde (BRASIL, 2014). **OBJETIVO:** Executar uma atividade de educação alimentar e nutricional com os pacientes na sala de espera da UFS campos Lagarto-SE. **MÉTODO:** Trata-se de um relato de experiência da execução, de uma atividade de educação alimentar e nutricional desenvolvida durante o mês de março de 2016 com os pacientes na sala de espera da Clínica Escola de Nutrição da UFS, Lagarto-SE, na qual foram apresentados os 10 passos para uma alimentação saudável, disponível no Guia Alimentar da População Brasileira 2014. **RESULTADOS:** Foi realizada uma atividade dinâmica, inicialmente com uma roda de conversa composta pelos pacientes da sala de espera, nutricionistas e estudantes de nutrição, na qual foram apresentados os 10 passos para uma alimentação saudável, permitindo a participação dos pacientes ao decorrer da apresentação de cada passo supracitado, uma vez que a promoção da autonomia, a horizontalidade e o respeito aos saberes populares constituem eixos centrais dessas ações educativas (OLIVEIRA; OLIVEIRA, 2008). A execução dessas atividades além de contribuir para formação do vínculo entre os profissionais e pacientes, ameniza o desgaste físico e emocional associado ao tempo de espera pelo atendimento. Bem como constitui um espaço de reflexões e troca de saberes (ROSA, BARTH; GERMANI, 2011). Essa iniciativa na sala de espera buscou propiciar um atendimento mais humanizado e acolhedor, além possibilitar a oportunidade aos profissionais e estudantes de desenvolver atividades que extrapolam o cuidado exclusivamente clínico, como a educação em saúde (RODRIGUES, et al 2009). **CONCLUSÃO:** Os hábitos alimentares saudáveis são essenciais para a promoção da saúde e a melhoria da qualidade de vida da população, utilizar a sala de espera como espaço de diálogo entre pacientes e profissionais de saúde, permite potencializar as ações de educação alimentar e nutricional, bem como garantir um atendimento mais efetivo, humanizado e resolutivo. Contribuindo para empoderamento dos cidadãos, para que os mesmos se tornem responsáveis pela sua saúde e críticos quanto a sua alimentação.

**REFERÊNCIAS:**

BRASIL, Ministério da Saúde: **Guia Alimentar para População Brasileira**. Promovendo a alimentação saudável. Normas e manuais técnicos: Brasília, 2014.  
OLIVEIRA, S. I; OLIVEIRA, K. S. Novas perspectivas em educação alimentar e nutricional. *Psicol.*

---

**USP [online]**, v.19, n.4, p.495-504, 2008.

ROSA, J; BARTH, P. O; GERMANI, A. R. M. A sala de espera no agir em saúde: espaço de educação e promoção à saúde. **PERSPECTIVA**, v.35, n.129, p. 121-130, 2011.

RODRIGUES, A. D et al. Sala de espera: um ambiente para efetivar a educação em saúde. **Vivências: Revista Eletrônica de Extensão da URI**, v.5, n.7: p.101-106, 2009.

SANTOS, L. A. S. O fazer educação alimentar e nutricional: algumas contribuições para reflexão. **Rev. Ciênc. saúde coletiva [online]**, v.17, n.2, p.455-462, 2012.