

METODOLOGIA DE TRABALHO EM GRUPOS PARA AÇÕES DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Juliana Jamaica Sousa da Silva¹
Juliana Barbosa Medeiros²

INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional é um processo mundial decorrente da transição demográfica, que é o resultado da redução dos coeficientes de mortalidade e, posteriormente, de fecundidade, levando ao aumento dos anos vividos (FERREIRA, 2011).

Com as mudanças ocorridas nas sociedades no tocante às condições sociais, econômicas e culturais, assim como aos avanços tecnológicos e aos adventos e descobertas das pesquisas médicas, o envelhecimento da população tem se tornado uma aspiração natural. Porém, o grande desafio dessa conquista é proporcionar uma melhoria da qualidade de vida, com manutenção da autonomia e independência, aos que já envelheceram ou que estão no processo de envelhecer (MENEZES et al, 2010).

Aliando-se à transição demográfica, as alterações no perfil de morbi-mortalidade das populações, influenciadas pelo envelhecimento dos indivíduos, ocasiona o fenômeno conhecido como transição epidemiológica. Segundo Onram (1971) essa transição está centralizada nas complexas mudanças nos padrões de saúde e doença e nas interações desses padrões com seus determinantes demográfico, econômico e social; assumindo características diferentes em cada sociedade. Essa mudança do perfil de morbi-mortalidade faz com que o cenário caracterizado por uma população jovem, com maior incidência de doenças infecciosas, transforme-se em outro, típico de uma população mais envelhecida, onde predominam agravos crônicos e o consequente aumento nos custos assistenciais, gerados pelas alterações na utilização dos serviços de saúde, tais como: aumento das hospitalizações e necessidade de incrementação de serviços de reabilitação.

Dentre as doenças de maior ocorrência entre os idosos, estão as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT). Estudos afirmam que os fatores de proteção para DCNT são a qualidade da dieta, pois esta favorece com metabólitos antienvhecimento que previnem as

¹ Graduanda do Curso de Medicina da Unifacisa, julianajamaica@gmail.com;

² Professor orientador: doutoranda do Programa de Pós Graduação em Modelos de Decisão e Saúde, Universidade Federal da Paraíba, julianabcnet@hotmail.com.

DCNT associadas à maior idade, à diminuição do cloreto de sódio na alimentação, à diminuição do peso e à realização de exercícios físicos (FREITAS et al, 2011).

O Sistema Único de Saúde (SUS) possui políticas voltadas para a promoção da saúde, prevenção das doenças crônicas não transmissíveis e melhoria da situação alimentar e nutricional do país, como a Política Nacional de Alimentação e Nutrição, a Política de Atenção Básica e a Política de Promoção da Saúde. Os municípios desempenham um papel fundamental na implantação e gestão dos programas e ações vinculados a essas políticas, adequando-os ao perfil epidemiológico e à realidade da sua rede de Atenção Básica (BRASIL, 2012).

Neste estudo, a finalidade foi construir uma proposta de trabalho, através de práticas educativas junto aos profissionais, capaz de apoiar e orientar a gestão municipal na formação de grupos e realização de oficinas voltadas para a promoção da saúde e atenção nutricional na Atenção Básica. É necessário que o profissional esteja atento as alterações geradas pelo processo de envelhecimento no sistema gastrointestinal porque elas não interferem apenas no apetite em face de diminuição gradativa dos sentidos olfatório, gustativo, visual e tátil, mas também nas próprias funções do sistema gastrointestinal que repercute nos processos de absorção de determinados nutrientes (FERREIRA, 2011).

Assim, justifica-se a importante escolha pelo tema visto a necessidade de se inserir no rol de atividades da unidade saúde da família, ações de promoção da alimentação saudável para os idosos e ter um olhar diferenciado diante dos problemas enfrentados pelos mesmos acarretados pela nutrição inadequada.

Para tanto, o objetivo deste estudo é relatar a experiência vivenciada durante a implementação de práticas educativas com grupos acerca da alimentação saudável voltada para idosos. Além disso, estimular os profissionais no tocante à vigilância alimentar e nutricional, com o registro de dados completos e fidedignos referentes à alimentação e nutrição.

METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência de profissionais da Secretaria Municipal de Saúde do município de Queimadas-PB e de estudantes de graduação e pós-graduação, durante o processo de implementação de uma atividade educativa, junto aos profissionais da Atenção Básica, sobre alimentação saudável direcionada aos idosos. São descritas as vivências ocorridas no período de março a maio de 2019.

A experiência é descrita na perspectiva de uma profissional (enfermeira) incluída na equipe de gestão da Secretaria Municipal de Saúde, considerando a descrição da metodologia

de trabalho, os desafios e potencialidades no decorrer desse processo com os grupos de profissionais. A metodologia utilizada para a atividade de educação permanente englobou o uso de estratégias e materiais educativos, que promoveram encontros dinâmicos, participativos e compreensíveis. A estratégia metodológica adotada foi baseada na realização de oficinas: possibilitando o diálogo, a interação e a troca, favorecendo a construção coletiva do conhecimento e das práticas.

A referida atividade teve como público-alvo: 106 (cento e seis) Agentes comunitários de Saúde, 18 (dezoito) enfermeiros da Estratégia Saúde da Família, 3 (três) nutricionistas do Núcleo de apoio à Saúde da Família (NASF), realizada no município de Queimadas-PB. O total de participantes foram divididos em três grupos, tendo cada grupo, em média, 42 (quarenta e dois) integrantes e para cada grupo foram realizados dois encontros.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Anteriormente à proposta, não se tinha um acompanhamento efetivo das práticas de alimentação e nutrição, junto aos profissionais, no tocante à saúde do idoso e muito menos de sua alimentação. O acompanhamento dos idosos eram registrados nas fichas do e-SUS de forma genérica, com ausência de informações nutricionais completas e fidedignas, não existia no município uma triagem que favorecesse a vigilância nutricional e o elenco dos idosos em riscos alimentares. Ademais, os profissionais precisavam de uma atividade educativa sobre alimentação saudável e a prioridade das escolhas alimentares, que favorecessem as consultas e o acompanhamento efetivo deste grupo, o qual é marcado por altas prevalências de doenças crônicas (MENEZES, 2010).

Como ponto de partida foi realizado um evento para abertura do curso de Alimentação e Nutrição, na Câmara Municipal de Queimadas, com a presença de autoridades locais e representantes da Secretaria Municipal de Saúde. Neste momento, foi apresentado aos presentes e participantes a proposta e a metodologia de trabalho, foram definidos os grupos, no total 03 (três) e para cada grupo foram realizados dois encontros, baseados nas seguintes oficinas, descritas no quadro a seguir:

QUADRO 1: Descrição da execução dos encontros e oficinas implementadas na atividade educativa.

1° ENCONTRO	
Oficinas	Descrição das atividades
Oficina 1: Quem somos nós?	<ul style="list-style-type: none"> • Conhecer os participantes e as expectativas em relação à promoção da alimentação adequada e saudável. • Apresentar aos participantes a ação proposta. • Sensibilizar os participantes para a possibilidade de mudanças.
Oficina 2: O que é saúde para você?	<ul style="list-style-type: none"> • Refletir sobre os fatores que interferem (positivos e negativos) na saúde. • Discutir a importância da promoção da alimentação adequada e saudável para a manutenção/melhoria da saúde. • Construir coletivamente um conceito de saúde
Oficina 3: Tempestade de Ideias (problemas enfrentados)	<ul style="list-style-type: none"> • Discutir as dúvidas relativas à promoção da alimentação adequada e saudável. • Refletir sobre a importância de buscar informações de fontes seguras sobre alimentação e nutrição. • Discutir o conceito de promoção da alimentação adequada e saudável para além da ingestão de nutrientes e alimentos específicos
2° ENCONTRO	
Oficina 4: Alimentação saudável: por onde começar? A balança das escolhas	<ul style="list-style-type: none"> • Aprofundar o conhecimento sobre alimentação. • Discutir os determinantes das escolhas alimentares e as consequências para a saúde. • Refletir sobre os obstáculos e os facilitadores para escolhas alimentares saudáveis.
Oficina 5:	<ul style="list-style-type: none"> • Reconhecer a importância do planejamento para realizar mudanças.

Planejando a alimentação dos usuários	<ul style="list-style-type: none"> • Discutir sobre os obstáculos para realizar mudanças na alimentação com vistas a torná-la adequada e saudável. • Construir a proposta de intervenção diante dos problemas mais evidentes.
---------------------------------------	---

Fonte: Quadro construído pela autora

Após a definição do diagnóstico situacional e elenco dos problemas e prioridades, foi possível a construção de uma matriz de intervenção como produto final da atividade. Esta proposta foi de grande relevância para ser utilizada durante o cotidiano dos profissionais junto aos usuários, com o propósito de superar as fragilidades de enfrentamento e corrigir as lacunas encontradas.

De acordo com os relatos dos participantes dos grupos, o curso foi o ponto de partida para a mudança no processo de atenção nutricional aos idosos, os profissionais reconheceram o caminho árduo e longo pela frente, pois conscientizar acerca da alimentação saudável não é uma tarefa fácil. Cada família e indivíduo tem suas particularidades, sejam elas financeiras, biológicas, sociais e culturais, o que pode interferir na implementação da proposta. É preciso insistência e persistência tendo um olhar diferenciado para cada situação apresentada.

No fechamento para avaliação do curso, foi evidenciado por cada profissional a satisfação em participar dessa atividade, demonstrando como foi importante para o crescimento profissional e pessoal, pois todos tiveram a oportunidade de modificar suas práticas vigentes, principalmente com relação aos registros de peso e altura e manter um olhar diferencial para o idoso e seus aspectos alimentares. Foi também explicitado a alegria e satisfação dos participantes do processo, realizando o acolhimento e integração entre a gestão e os profissionais. Porém, como dificuldades foram identificados os seguintes aspectos: fragilidade para a construção das propostas de intervenção, grande demanda na unidade dos outros grupos e atendimentos de urgência o que dificulta programar as ações isoladas aos idosos; o apoio ainda insuficiente da família e a dificuldade dos idosos em abandonar práticas alimentares não recomendadas para a manutenção da saúde.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O aumento da expectativa de vida e conseqüentemente da população idosa nos mais diversos cenários têm requerido um olhar diferenciado para a saúde pública, principalmente

para a atenção primária à saúde, haja vista que essa representa o primeiro contato com o usuário e é por meio da qual são melhor enfatizadas as ações em educação em saúde.

Nesse aspecto, o processo de envelhecimento requer uma alimentação saudável e a prática de atividades que promovam o bem-estar do indivíduo. Diante dessa necessidade, a gestão municipal de saúde em Queimadas-PB, sentiu a necessidade de realizar ações educação permanente em saúde para incentivar os profissionais a estimular seus idosos da área de abrangência a manterem uma alimentação saudável.

Por meio das ações realizadas no decorrer do período em questão, observou-se o quanto é importante o esclarecimento e o diálogo com os profissionais, de modo a obter que estes implementem no cotidiano de trabalho o estímulo aos hábitos saudáveis.

Portanto, mesmo diante de tantas dificuldades encontradas para a realização das ações em saúde tendo como foco a alimentação adequada, observou-se que essa prática têm demonstrado resultados significativos e que pode ser tomada como referência para outros municípios, na tentativa de otimizar o cuidado integral em saúde para com a pessoa idosa.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde (MS). Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Política Nacional de Alimentação e Nutrição. Brasília: MS; 2012

FERREIRA, R.T. Orientação da equipe de saúde da família à pessoa idosa/ Roberta Tavares Ferreira. – Formiga, 2011. 39f. Trabalho de Conclusão de Curso. Curso de Especialização em Atenção Básica. Faculdade de Medicina, Universidade Federal de Minas Gerais, Formiga, 2011.

FREITAS, A.M.P.; PHILIPPI, S.T.; RIBEIRO, S.M.L. Listas de alimentos relacionadas ao consumo alimentar de um grupo de idosos: análises e perspectivas. Rev Bras Epidemiol.v.14, n.1, p.161-77. 2011.

MENEZES, M.F.G.; TAVARES,E.L.; SANTOS,D.M.; TARGUETA, C.L.; PRADO,S.D. Alimentação saudável na experiência de idosos. Rev. Bras. Geriatr. Gerontol. v. 13, n. 2, p. 267-275. 2010.

OMRAM, A. R., The epidemiologic transition: a theory of the epidemiology of population change. Milbank Memorial Fund Quarterly, 49 (Part 1): 509-538, 1971.

ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD. Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud. Ginebra: OMS; 2004. Disponível em http://www.who.int/dietphysicalactivity/strategy/eb11344/strategy_spanish_web.pdf. Acesso em 22 abr. 2019.