

ATUAÇÃO INTERDISCIPLINAR DOS PROFISSIONAIS DE NUTRIÇÃO E EDUCAÇÃO FÍSICA NO ÂMBITO DO NASF

Elizeu Araújo de Almeida (1); Allana Sayonara Santos Silva (2); Bárbara Vitória Nunes Medeiros (3); Sabrina Araújo Santos Ferreira (4); Nataly César de Lima Lins (5)

1. Centro Univeritário Uninassau – Campina Grande. elizeucocook@gmail.com
2. Centro Univeritário Uninassau – Campina Grande. allanas.10@hotmail.com
3. Centro Univeritário Uninassau – Campina Grande. bv.nunesmedeiros@gmail.com
4. Centro Univeritário Uninassau – Campina Grande. sabrina_asf@hotmail.com
5. Centro Univeritário Uninassau – Campina Grande. taly_nutri@hotmail.com

Resumo: O Sistema Único de Saúde (SUS) foi instaurado no ano de 1990, possuindo como princípios e diretrizes: a universalidade, a integralidade e a igualdade à saúde. Como estratégia de fortalecimento a Atenção Básica, foi implantado o Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF), local que favorece o desenvolvimento das ações e serviços de saúde. Dentre os profissionais que devem integrar a equipe do NASF, estão incluídos os nutricionistas e os profissionais de educação física, devendo prioritariamente atuar nos âmbitos familiar e comunitário sobre a situação epidemiológica, que é consequência do modo de vida e dos hábitos alimentares não saudáveis. O presente relato de experiência tem como objetivo demonstrar a importância da atuação interdisciplinar dos profissionais de nutrição e educação física no âmbito do SUS através do NASF para que essa prática possa ser repetida por outros profissionais e ter impactos positivos na saúde da população. As experiências relatadas ocorreram em uma unidade de saúde localizada na zona oeste do município de Campina Grande, Paraíba, no ano de 2018. Todas as experiências e atividades desenvolvidas e descritas ao longo desse relato foram baseadas em vivências de um grupo de alunos cursando o penúltimo período da graduação em nutrição, passando pelo estágio supervisionado em saúde pública. É de suma importância a atuação interdisciplinar de profissionais no âmbito do NASF, pois através dessa prática a comunidade tende a receber vários benefícios para saúde.

Palavras-chave: Núcleo de Apoio à Saúde da Família, interdisciplinar, nutricionista, educador físico, estilo de vida.

Introdução

O Sistema Único de Saúde (SUS) foi instaurado no ano de 1990, regulamentado pelas leis 8.080/90 e 8.142/90 possuindo como princípios e diretrizes: a universalidade, a integralidade e a igualdade à saúde. Foram criadas estratégias com o objetivo de fortalecimento do SUS, dentre elas o Ministério da Saúde (MS) criou o Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF), com o intuito de aumentar a abrangência das ações de atenção básica (RIBEIRO et al., 2014).

O Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF) foi criado em 2008 pelo Ministério da Saúde, com o propósito de apoiar a implantação da Estratégia de Saúde da Família (ESF) na rede de serviços públicos e expandir as ações de Atenção Básica. Para atender a sua principal diretriz, a

integralidade, o NASF conta com uma equipe multidisciplinar composta por profissionais de diversas áreas de conhecimento, atuando juntamente com as equipes da ESF, para que seja possível maior impacto positivo na qualidade de vida da população (BRASIL, 2009).

Dentre os profissionais que devem integrar a equipe do NASF, estão incluídos os nutricionistas e os profissionais de educação física, devendo prioritariamente atuar nos âmbitos familiar e comunitário sobre a situação epidemiológica, que é consequência do modo de vida e dos hábitos alimentares não saudáveis (CFN, 2015; FLORINDO et al., 2016). Trabalhar em equipe multiprofissional permite uma melhora na qualidade da assistência e o desenvolvimento de ações visando mudanças na prática de saúde (SCHUH et al., 2015).

O atendimento compartilhado e ações coletivas desenvolvidas por profissionais de diferentes áreas de atuação são ações que podem ser desenvolvidas pelos profissionais do NASF, favorecendo uma intervenção interdisciplinar, gerando experiências para os profissionais envolvidos e benefícios para os usuários do Sistema Único de Saúde (IANISKI; HAAS; FRANKE, 2016).

A Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN) surgiu com o princípio do direito humano à alimentação adequada. Sua implantação deve responder à contradição entre a fome e o excesso de peso. A PNAN tem como principais objetivos a garantia da qualidade dos alimentos, a promoção de práticas alimentares saudáveis, a prevenção e o controle dos distúrbios nutricionais, e o estímulo às ações que propiciem o acesso universal aos alimentos. É consolidada em sete diretrizes, que hoje servem de base conceitual para a elaboração e implantação dos programas e projetos em alimentação e nutrição (BRASIL, 2009).

Nos últimos anos, cerca de 74% das mortes no Brasil ocorreram em decorrência das doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs), com destaque para: doenças cardiovasculares, diabetes, câncer e doença respiratória crônica. Tais patologias compartilham fatores de risco em comum, como maus hábitos alimentares, sedentarismo e consumo abusivo de álcool e tabaco (MALTA et al., 2015).

A alta prevalência de DCNTs constitui um desafio para o sistema de saúde, por requisitarem conjuntamente ações de promoção de modos ativos de vida e alimentação saudável, prevenção do ganho de peso e do cuidado integral e contínuo (DEUS et al., 2015). Modificações nos hábitos alimentares, na atividade física e no consumo de bebidas alcoólicas e fumo podem reduzir significativamente as taxas das DCNTs, constituindo-se em importantes estratégias de prevenção (GUARDA et al., 2014).

A Política Nacional de Promoção à Saúde (PNSN), que abrange sete eixos, dentre os quais estão inclusas as práticas corporais/atividade física (PCAF), como forma de combater a prevalência das doenças do aparelho circulatório. A PCAF deve ser estabelecida a partir de fragmentos culturais, sociais, econômicos, políticos e históricos, de modo a associar espaço-território, incentivando a prática de atividades físicas e possibilitando diversos benefícios para a circulação, redução do mau colesterol, prevalência de doenças cardiovasculares, entre outras (BRASIL, 2009).

O presente relato de experiência tem como objetivo demonstrar a importância da atuação interdisciplinar dos profissionais de nutrição e educação física no âmbito do Sistema Único de Saúde através do Núcleo de Apoio à Saúde da Família para que essa prática possa ser repetida por outros profissionais e ter impactos positivos na saúde da população.

Metodologia

Trata-se de um relato de experiência sobre a importância da atuação interdisciplinar dos profissionais de nutrição e educação física no âmbito do SUS através do Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF). As experiências relatadas ocorreram em uma unidade de saúde localizada na zona oeste do município de Campina Grande, Paraíba, no ano de 2018.

Todas as experiências e atividades desenvolvidas e descritas ao longo desse relato foram baseadas em vivências de um grupo de alunos cursando o penúltimo período da graduação em nutrição, passando pelo estágio supervisionado em saúde pública.

Os aspectos éticos e legais para o desenvolvimento desse estudo foram pautados nas determinações da Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde.

Descrição da Experiência

A partir do primeiro contato com a saúde pública foi possível observar a discrepância entre o que se aprende sobre saúde pública na teoria das salas de aula e o que se aprende na prática das unidades de saúde, nas quais surgem dificuldades constantemente. Entretanto, em meio aos desafios do cotidiano do nosso Sistema Único de Saúde, alguns profissionais de saúde se destacam por sua força e dedicação para superar os obstáculos e exercer suas funções da

melhor maneira possível. Nesse contexto, é possível afirmar que quando os esforços são conjuntos, os profissionais conseguem desenvolver um trabalho melhor e a comunidade se beneficia e reconhece o trabalho prestado.

No primeiro dia de estágio, ao observar o trabalho que o educador físico que compõe a equipe do NASF que dá apoio àquela unidade de saúde estava desenvolvendo, constatou-se que havia muito empenho por parte daquele profissional em proporcionar a melhora da qualidade de vida dos usuários daquela área. O mesmo havia implantado há algum tempo um grupo para realização e incentivo à prática de exercício físico no local e as reuniões ocorriam semanalmente.

Desde o início o profissional demonstrou interesse em atuar em conjunto com a equipe de alunos da área de nutrição e sua preceptora e logo foi realizada uma pactuação para a participação conjunta no grupo de atividade física que estava iniciando suas atividades desse ano.

Inicialmente, o educador físico solicitou auxílio para realizar avaliação antropométrica das usuárias participantes do grupo enquanto o mesmo aplicava os testes de aptidão física. É relevante mencionar que o grupo era constituído em sua totalidade por pessoas do sexo feminino.

Desse modo, passaram por avaliação antropométrica 33 mulheres, na faixa etária de 21 a 68 anos. As avaliações foram feitas por meio da aferição do peso e da altura para verificar o Índice de Massa Corporal (IMC) e da circunferência da cintura e do quadril para identificar a Relação Cintura Quadril (RCQ).

De acordo com os resultados das avaliações foi possível verificar que apenas 6% das mulheres do grupo apresentavam-se eutróficas e 94% apresentavam-se com excesso de peso, destas 48,5% com sobrepeso e 45,5% com obesidade. Além disso, também foi verificado mediante a RCQ que apenas 21% não apresentaram riscos de desenvolver doenças cardiovasculares. Esses resultados foram bastante preocupantes, mas refletem o processo de transição nutricional no nosso país.

Após a obtenção desses resultados foram elaborados cartões individuais com os dados de cada uma das usuárias e entregue as mesmas. Para a entrega desses cartões foi planejado um dia onde além da entrega das fichas com os resultados, houve explicações sobre os dados e alertas sobre os significados dos resultados obtidos, além de dicas de como seria possível

mudar essa realidade por meio de uma alimentação adequada e um estilo de vida saudável.

Com o mesmo grupo também foram realizadas atividades lúdicas comemorativas abordando temas específicos, dentre elas a atividade comemorativa ao Dia da Mulher e ao Dia das Mães.

A atividade em comemoração ao Dia da Mulher foi realizada no dia 8 de março de 2018 e o tema abordado na ocasião foi “Estratégias de alimentação para combater os sintomas da menopausa”, além do esclarecimento oral com exposição de cartazes, foram entregues panfletos informativos com os alimentos que se deve preferir e os que se deve evitar para minimizar os sintomas da menopausa. Ao final da atividade foram distribuídas para as usuárias, rosas confeccionadas artesanalmente.

Como atividade em comemoração ao Dia das Mães, inicialmente foi realizada uma atividade com a exposição de uma pirâmide alimentar e uma roda de conversas sobre a importância da alimentação saudável, os alimentos que devem ser mais e menos consumidos e os que precisam ser evitados.

Em seguida, para tornar o momento mais descontraído foi realizado um desfile das mães, no qual além de desfilar as candidatas deveriam fazer um breve discurso contendo a opinião da participante sobre o grupo e mencionando o que havia aprendido durante os encontros. Esse foi um momento muito rico, pois foi possível observar o quanto as usuárias aprenderam durante esse período e perceber como está ocorrendo o processo de reeducação alimentar. Ao final, a vencedora do desfile foi premiada com uma faixa de “Mãe Simpatia”.

A atividade foi encerrada com o café da manhã e esse também foi um momento de percepção do quanto a intervenção da equipe de nutrição está causando impacto positivo nos hábitos alimentares das mulheres, pois cada uma das participantes do grupo e da equipe que estava conduzindo a atividade contribuíram com algum tipo de alimento e no momento da refeição observamos que os alimentos integrais e isentos de açúcar simples foram os mais consumidos, apesar da grande variedade de outros alimentos disponíveis.

Por fim, durante esse período de acompanhamento e participação efetiva no grupo de atividade física foi possível afirmar que todas as participantes foram orientadas e incentivadas a realizar mudanças em seus estilos de vida, tais como manter uma boa alimentação e concomitantemente manter a prática regular de atividade física, enfatizando sempre a importância da associação desses dois fatores para um impacto positivo na saúde com a redução dos riscos pelos quais estavam acometidas.

Nova avaliação antropométrica será realizada ao final dos três meses de estágio, com o intuito de avaliar se a intervenção nutricional nesse grupo pode ser observada também através da melhora desses parâmetros, pois com relação à mudança no estilo de vida as participantes do grupo já relataram ao final do segundo mês que mudaram hábitos alimentares após as orientações e através disso algumas afirmaram ter obtido melhor controle de patologias como hipertensão e diabetes, além de alguns relatos acerca da melhoria na mobilidade diária e na função intestinal.

Além da atuação conjunta no grupo de atividade física também foi pactuada uma ação com o educador físico para o Programa Saúde da Escola (PSE), que foi realizada no dia 3 de maio de 2018 em uma escola localizada nas proximidades da unidade de saúde.

Previamente foi realizada uma visita na escola para definir data, horário e a turma na qual seria aplicada a atividade. A turma selecionada foi a turma do 8º ano do ensino fundamental, pois essa turma ainda não havia passado por nenhum processo educativo do PSE. É relevante mencionar que após a seleção dessa turma, houve um momento de apreensão por se tratar de adolescentes e não saber se haveria adesão às atividades propostas pelo grupo. Entretanto, no momento da atividade todos os alunos da turma demonstraram breve compreensão sobre o assunto debatido e foram bastante participativos nas atividades propostas, que envolveram o debate e a montagem dinâmica de uma pirâmide alimentar e o sorteio de perguntas sobre o que tema discutido. Ao final houve o sorteio de uma cesta contendo um brinde e um lanche saudável.

Discussão

Sabendo-se que o excesso de peso é um fator de risco relevante para o surgimento das DCNTs e que hábitos alimentares e estilo de vida mais saudável são ferramentas fundamentais na prevenção/tratamento dessas doenças, entendemos a necessidade da intervenção nutricional nesse grupo, como forma de prevenção e promoção de saúde.

O nutricionista, junto com o educador físico se complementam em suas atividades da atenção primária buscando promover saúde, inserindo assim uma reeducação alimentar em conjunto com a prática de atividades físicas regulares, promovendo a melhoria do estado de saúde e/ou manutenção do mesmo (IANISKI; HAAS; FRANKE, 2016).

Conclusões

É de suma importância a atuação interdisciplinar de profissionais no âmbito do Núcleo de Apoio à Saúde da Família, pois através dessa prática a comunidade tende a receber vários benefícios para saúde.

Os profissionais de nutrição e de educação física, particularmente, podem atuar de modo a complementar um a conduta do outro, potencializando seus efeitos sobre a saúde da população.

Referências

BRASIL, Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Saúde na escola**. – Brasília: Ministério da Saúde, 2009.

CFN – Conselho Federal de Nutrição. **O papel do nutricionista na atenção primária à saúde**. [organização Conselho Federal de Nutricionistas] – 3.ed. – Brasília, DF: 2015.

DEUS, RM; MINGOTI, SA; JAIME, PC; LOPES, ACS. Impacto de intervenção nutricional sobre o perfil alimentar e antropométrico de usuárias do Programa Academia da Saúde. **Ciência & Saúde Coletiva**, 2015.

FLORINDO, AA; NAKAMURA, PM; JÚNIOR, JCF; SIQUEIRA, FV; REIS, RS; CRUZ, DKA; HALLAL, PC. Promoção da atividade física e da alimentação saudável e a saúde da família em municípios com academia da saúde. **Rev Bras Educ Fís Esporte**, 2016.

GUARDA, FB; SILVA, RN; JÚNIOR, JLA; SANTANA, PR; NETO, PMS. Incorporação e contribuições dos profissionais de educação física no Sistema Único de Saúde do Brasil. **Tempus, actas de saúde colet**, 2014.

IANISKI, VB; HAAS, LCS; FRANKE, CM. Atendimento compartilhado: A nutrição e a educação física atuando lado a lado. **Salão do conhecimento: Ciência Alimentando o Brasil**, 2016.

MALTA, DC; STOPA, SR; ISER, BPM; BERNAL, RTI;
CLARO, RM; NARDI, ACF; REIS, AAC; MONTEIRO,

CA. Fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico nas capitais brasileiras, Vigitel 2014. **Rev Bras Epidemiol**, 2015.

RIBEIRO, MDA; BEZERRA, EMA; COSTA, MS; BRANCO, CEC; NETO, JDA; MOREIRA, AKF; FILGUEIRAS, MC. Avaliação da atuação do Núcleo de Apoio à Saúde da Família. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, 2014.

SCHUH, LX; BRAND, C; KRUG, SBF; GARCIA, EL; GAYA, AR; ROTH, MA. A inserção do profissional de educação física nas equipes multiprofissionais da estratégia saúde da família. **Saúde (Santa Maria), Santa Maria**, 2015.