

EDUCAÇÃO EM SAÚDE SOBRE OBESIDADE E A QUANTIDADE DE AÇÚCAR E GORDURA: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Juliana Ramos Leones Tassinari^I; Kamila Ramos Leones^{II}; Lucas Júlio Pires^{III}; Luciana de Araújo Prado^{III}; Luiz Flávio Cunha Leite^{III}; Maria Eugênia Rocha Abrão^{III}; Maurilio Henrique Alves^{III}.

- I. Enfermeira. Mestre em Ciências da Saúde pela Universidade Federal de Mato Grosso. Professora do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG). E-mail: juliana.tassinari@univag.edu.br
II. Enfermeira. Mestre em Ciências da Saúde pela Universidade Federal de Mato Grosso.
III. Acadêmico de Medicina do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG).

Introdução: A globalização, a propaganda exagerada de alimentos processados, dentre outros fatores, traz grandes desafios para a Rede de Atenção à Saúde (RAS) do SUS, em especial para a Atenção Básica. Um dos maiores desafios, a obesidade, tem caráter crônico e multifatorial. Por ter características de ordenação/coordenação da RAS, além de sua proximidade ao cotidiano de vida das pessoas, a atenção básica se torna um espaço que oportuniza o desenvolvimento de ações de promoção da saúde e prevenção da obesidade. **Objetivo:** Relatar a experiência do desenvolvimento da atividade de educação em saúde, através da demonstração da quantidade de açúcar e gordura presente nos alimentos e sua relação com a obesidade. **Método** Estudo descritivo, do tipo relato de experiência, desenvolvido a partir da vivência apresentada inicialmente sob forma de projeto de intervenção, durante estágio curricular do Programa de Interação Comunitária (PIC), do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG). A atividade foi desenvolvida pelos acadêmicos de medicina do segundo semestre sob a supervisão do professor, na Estratégia de Saúde da Família (ESF) Celestina Gomes Coelho, localizada em Várzea Grande – MT, e contemplou o público de aproximadamente 30 pacientes. Inicialmente, a atividade foi dividida em dois dias. O primeiro dia consistiu na realização de abordagens aos usuários da unidade com perguntas relacionadas aos alimentos/produtos alimentícios mais consumidos em seu cotidiano. A abordagem ocorreu na unidade de saúde durante consultas e visitas domiciliares, mediada por uma pergunta: Quais alimentos você mais consome no dia a dia? Já no segundo dia, foi realizada educação em saúde com apresentação da quantidade de açúcar e gordura de cada alimento (demonstradas em porções acondicionadas em copos descartáveis). **Resultado/Discussão:** A ação proposta, permitiu observar um alto consumo de alimentos processados, como: refrigerantes, sucos artificiais, salgados industrializados, bolachas (doces e salgadas) e iogurte. Inicialmente os usuários não manifestaram interesse imediato na proposta apresentada. No entanto, observamos uma repentina mudança de comportamento, com participação ativa do público, quando os alunos iniciaram a demonstração da quantidade de açúcar e gordura presente em cada alimento. Ao final da atividade, os alunos puderam atender individualmente os usuários respondendo seus questionamentos e relacionando o consumo desmedido desses alimentos com a obesidade. **Considerações Finais:** Esta ação intuiu atingir os usuários de forma duradoura. É de conhecimento comum que uma dieta equilibrada

**ANAIS DA IV MOSTRA CIENTÍFICA DO
PROGRAMA DE INTERAÇÃO COMUNITÁRIA DO CURSO DE MEDICINA**

somada a hábitos de vida saudáveis pode prevenir a obesidade, mas, mesmo que a maioria da população saiba disso, os índices da doença não estão diminuindo. Por essa razão, faz-se necessária uma abordagem que aproxime o público-alvo, com ferramentas lúdicas para exemplificar o que a literatura já acusa, a fim de sensibilizá-lo para uma mudança em seus hábitos de vida.

Palavras-chave: Educação em Saúde. Obesidade. Atenção Primária à Saúde.