

Nome: Gilcimar dos Santos Jesus de Melo

Nutricionista eMulti ampliada. Atenção Primária em Saúde. Valença RJ

Projeto de intervenção na Esf da Biquinah. Valença RJ

Título:GRUPOS DE ORIENTAÇÃO NUTRICIONAL: PREVENÇÃO E CONTROLE DAS DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS

### **Apresentação**

O perfil epidemiológico da população brasileira mudaram ao longo do último século . Estudos demonstram que houve aumento do excesso de peso corporal e da morbidade e mortalidade por DCNTs, mais de 50% dos adultos têm excesso de peso (FLORINDO et al., 2016).

A Estratégia de Saúde da Família (ESF) configura-se como a porta de entrada prioritária de um sistema único de saúde constitucionalmente fundado no direito à saúde e na equidade do cuidado (BRASIL, 2010).

A inserção do profissional nutricionista na AB , por meio das equipes de eMulti, justifica-se pela situação epidemiológica brasileira, determinada com base na prevalência de DCNTs, tabagismo, sobrepeso, inatividade física e alimentação inadequada. (FITTIPALDI et al 2017).

A ESF da Biquinha atende 1300 famílias cadastradas, com um total de 5000 pessoas aproximadamente. Com 500 hipertensos, 250 diabéticos, 600 tabagistas, e 10% de usuários com sobrepeso e obesidade aproximadamente. Por esse motivo, considero um dos maiores desafios a ser enfrentados no território é o controle das DCNTs. Estes achados reforçam a necessidade de realizar mais ações/estratégias voltadas para a promoção de saúde visando o combate ao excesso de peso e obesidade.

Baseado nisso, o cenário da intervenção é o grupo de Alimentação Saudável que já existia a 4 anos de portas abertas e está vigente, o qual atuo como nutricionista eMulti na ESF da Biquinha, Valença RJ , que ocorre semanalmente e o plano de ação iniciou em agosto de 2023 a julho de 2024.

### **Objetivo Geral**

Analisar a contribuição dos grupos de orientação nutricional na prevenção e controle da obesidade realizados pelas equipes de Estratégia de Saúde da Família (ESF) de um município do estado do Rio de Janeiro.

### **Objetivos Específicos**

- Descrever as atividades desenvolvidas pelo nutricionista nos grupos para orientação nutricional;
- Identificar os indivíduos que participam dos grupos para orientação nutricional nas equipes de ESF cobertas pelo NASF-AB/Emulti;

Especificar nos grupos os fatores contributivos e impeditivos para os indivíduos aderirem ao projeto e modificarem seus hábitos de vida.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de um projeto de intervenção, proposto para a cidade de Valença RJ, que apresenta uma estrutura organizacional de atenção primária em saúde com 21 unidades de Estratégia de Saúde da Família (ESF), quatro Equipes de Atenção Primária em Saúde (EAPS) e duas equipes Núcleo de Apoio à Saúde da Família /eMulti.

O projeto de intervenção está sendo realizado com a nutricionista da eMulti Ampliada, na ESF Biquinha. O cenário da intervenção é o grupo de Alimentação Saudável que já existia a 4 anos de portas abertas e está vigente.

Como primeira etapa de seleção para a composição da população da intervenção, foram selecionados aleatoriamente pelo nutricionista da equipe eMulti, dez pacientes da equipe adscrita participantes ativos do grupo "Alimentação Saudável: prevenindo e controlando a obesidade e demais DCNTs.

Serão desenvolvidas as seguintes atividades no grupo de orientação nutricional:

- Avaliação composta por uma anamnese completa e antropométrica.
- Rodas de conversas sobre alimentação saudável e DCNTs, com trocas de receitas utilizando reaproveitamento de folhas, cascas, talos e sementes.
- Prescrição terapêutica fitoterápica aos participantes se necessário e exames bioquímicos.

Após a primeira etapa, os 10 participantes passarão por uma segunda avaliação nutricional no decorrer de seis meses e serão avaliados um ano após. Ou seja, durante a realização dos grupos semanais, que se iniciou em agosto de 2023, e de janeiro a julho de 2024 (avaliação final do estudo).

## **RESULTADO**

Com esse projeto de intervenção, obtivemos melhoria da qualidade de vida dos participantes, analisando a contribuição dos grupos de orientação nutricional na prevenção e controle da obesidade e DCNTs.

Através das atividades desenvolvidas pelo nutricionista na APS nos grupos para orientação nutricional, foi possível explicitar a atuação clínica e em saúde coletiva do nutricionista na Atenção Primária em Saúde mais especificamente nas ESFs.

Com a identificação dos indivíduos que participam dos grupos para orientação nutricional, através das rodas de conversa e trocas de experiências, especificamos as dificuldades e facilidades, para os indivíduos aderirem ao projeto e modificarem seus hábitos alimentares e estilo de vida, assim como o aumento da sua autoestima com os resultados alcançados. O grupo de alimentação saudável obteve um papel significativo no controle da obesidade e das DCNTs dos participantes do grupo no período descrito.

## **CONCLUSÃO**

**Podemos concluir que com esse projeto de intervenção, obtivemos melhoria da qualidade de vida dos participantes, analisando a contribuição dos grupos de orientação nutricional na prevenção e controle da obesidade e DCNTs dos participantes do grupo de alimentação saudável.**

**Através das atividades desenvolvidas pelo nutricionista na ESF/APS nos grupos para orientação nutricional, foi possível explicitar a importância da atuação clínica e em saúde coletiva com a melhoria da qualidade de vida dos participantes.**

**Através das rodas de conversa e trocas de experiências, já identificamos fatores que corroboram com as mudanças de seus hábitos alimentares e estilo de vida, assim como o aumento da sua autoestima com os resultados alcançados, é um processo contínuo, e ainda temos muitas vitórias a conquistar, pois a intervenção ainda é vigente. O grupo de alimentação saudável é um sonho realizado, pois sou apaixonada pelo SUS, pela nutrição e pela saúde pública, e por vivenciar e fazer parte de mudanças significativas na vida e na saúde dos participantes.**

**Viva ao SUS!!!!**

**Palavras chave: Saúde da Família, Promoção da Saúde, DCNT .**