

Grupo Qualidade de Vida da Estratégia Saúde da Família e Educação Alimentar

O trabalho de educação nutricional e orientações em saúde vêm ganhando importância em grupos de pacientes com doenças crônicas não transmissíveis, são gastos todos os anos milhões de reais em tratamento medicamentoso e internações, e com isso o investimento em promoção em saúde vem tornando-se indispensável para a melhora da qualidade de vida destes. Com o objetivo de melhorar o conhecimento sobre alimentação, patologias, bem como com intuito de melhorar a qualidade de vida dos pacientes foram ministradas palestras, dinâmicas e oficinas, ocorrendo uma troca de conhecimento entre todos. O grupo Qualidade de Vida teve início no mês de março de 2016, reunindo-se todas as quintas-feiras durante 1 hora e meia. Participam deste grupo, agentes comunitários, enfermeiras, médicas da equipe da Unidade Básica de Saúde Arvorezinha, a estagiária de Nutrição e pessoas da comunidade com diabetes, hipertensão, sobrepeso ou obesidade. Dos 50 usuários inscritos no grupo, 20 destes mantêm regularidade nos encontros, 90% são do gênero feminino, 50% encontram-se na faixa etária de 45 a 65 anos, usando como parâmetro o Índice de Massa Corporal (IMC) 98% dos pacientes encontravam-se em sobrepeso ou obesidade. Todos os pacientes foram convidados a participar após a realização de exames e diagnóstico de alguma doença crônica não transmissível (DCNTS). Antes da realização das palestras os pacientes eram submetidos à verificação da pressão arterial e glicose em jejum, observou-se que, a maioria apresentou níveis acima do esperado. Com o decorrer dos encontros obteve-se uma melhora na conscientização a respeito dos hábitos alimentares o que refletiu positivamente nos resultados dos exames realizados posteriormente, diminuindo as taxas de glicose e colesterol e diminuíram o peso. Em busca de novas estratégias de combate à obesidade, a educação alimentar vem sendo abordada como novo binômio a ser seguido – educação/nutrição, além do já elencado renda/nutrição. Conclui-se, portanto, que a troca de experiência entre profissionais da saúde e usuários e as técnicas de educação alimentar, são fundamentais para a promoção da saúde e prevenção de patologias, através da formação de novos hábitos alimentares melhorando assim a saúde dos participantes.

Palavras-chave: Qualidade de vida, ESF, educação nutricional