



PÔSTER

Cuidado individual, familiar e comunitário

Educação em saúde: uma estratégia ao alcance da nutrição gestacional adequada

Joseane Marques Fernandes. Centro Universitário Christus (UNICHRISTUS).

josy.marques@oi.com.br

Ana Karoline Monteiro Soares. Centro Universitário Christus (UNICHRISTUS).

anakaroline_ms@hotmail.com

Amanda Rodrigues de Farias. Centro Universitário Christus (UNICHRISTUS).

amandafariasmed@gmail.com

Ana Paula Lopes Lima. Centro Universitário Christus (UNICHRISTUS). anapaulall85@hotmail.com

Bruna Queirós Araújo. Centro Universitário Christus (UNICHRISTUS).

brunaaraujoqueiros@hotmail.com

Introdução: O período gestacional e de amamentação são determinantes no desenvolvimento do ciclo de vida do ser humano. O estado nutricional inadequado nesse período acarreta riscos e prejuízos para a saúde do binômio mãe-filho. O conhecimento sobre o desenvolvimento de hábitos saudáveis de alimentação deve ser incentivado, e a educação em saúde apresenta-se como um elemento essencial nessa construção.

Objetivos: Orientar a população sobre a nutrição adequada no período gestacional e sua importância para a saúde materna e do concepto.

Metodologia ou Descrição da Experiência: A atividade foi realizada em uma Unidade de Saúde de uma comunidade de baixa renda da cidade de Fortaleza. Iniciamos uma roda de conversa com imagens ilustrativas e uso de linguagem simples. No segundo momento, solicitamos que as gestantes referissem que tipos de alimentos eram consumidos cotidianamente para que pudéssemos avaliar o padrão alimentar anterior, incorporando os alimentos às condições e possibilidades da comunidade. No terceiro momento realizamos uma abordagem individualizada, onde foi calculado o IMC e foram feitas perguntas sobre hábitos alimentares e situações adversas próprias de cada gestação, envolvendo recomendações específicas para cada caso.

Resultados: Durante a atividade oito gestantes foram abordadas. A maioria delas apresentou grande interesse a respeito do assunto e mostraram-se bastante receptivas às recomendações nutricionais à gravidez. As principais dúvidas observadas foram sobre quais tipos de alimentos poderiam ou não ser ingeridos, em relação aos enjoos e interferência destes sobre a condução saudável da gestação. Durante as orientações individualizadas foi possível a construção direcionada a cada gestante, respeitando-se o padrão nutricional de cada uma.

Conclusão ou Hipóteses: Atividades de educação em saúde como esta devem ser estimuladas e realizadas frequentemente, pois a adequada orientação nutricional pode interferir positivamente na gestação, e na prevenção de doenças como a desnutrição materna, diabetes e hipertensão gestacional; sendo assim, essencial a condução adequada das políticas públicas direcionadas a esta clientela.

Palavras-chave: Educação em Saúde. Nutrição. Gestação.