

## **PROMOÇÃO DA SAÚDE E DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL: ARTICULAÇÃO DO ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO NA ATENÇÃO BÁSICA À SAÚDE - 2022**

Coordenador: Ilaine Schuch

O objetivo é desenvolver ações sobre a alimentação saudável visando a promoção da saúde dos usuários do SUS na Unidade Básica de Saúde (UBS) Santa Cecília/HCPA e seu território. O público alvo são usuários de diferentes ciclos de vida, profissionais e estudantes da área da saúde. A formação de profissionais na área da saúde no Brasil aponta para a necessidade da ênfase no Sistema Único de Saúde (SUS). A formação nesta área é fundamental uma vez que a alimentação representa um importante determinante do atual quadro epidemiológico das doenças crônicas. A prevalência crescente da obesidade, diabetes, HAS e outras doenças crônicas relacionadas ao consumo de alimentos não saudáveis representa um desafio para o sistema de saúde brasileiro. Nas últimas décadas, as principais mudanças na alimentação foram a substituição de alimentos locais e regionais e in natura por alimentos industrializados ultraprocessados. As atividades de educação em saúde ocorrem por meio de encontros em diversas modalidades, desde os grupos fechados com ciclos mensais, como grupos abertos e com duração de mais longo prazo. No período da pandemia utilizou-se o formato remoto para manter as abordagens do grupo "Alimentação Saudável e Mudança no Estilo de vida (ASMEV)", o qual será mantido tendo em vista a avaliação positiva. Para a promoção da alimentar saudável, a principal referência utilizada é o Guia Alimentar para a População Brasileira, são abordados temas como a rotulagem de alimentos, o preparo e questões emocionais relacionadas ao ato de comer, como forma de reflexão e busca do autocuidado. As atividades de promoção à saúde também ocorrem na horta implantada na própria UBS, como espaço terapêutico e de aprendizagens de técnicas de cultivos em pequenos espaços para a diversificação alimentar e o contato com a natureza. São cultivadas hortaliças, temperos, chás e ervas, por usuários e profissionais da UBS. Uma forma importante no processo de aprendizagem sobre alimentação saudável é a de oficinas de práticas culinárias que ocorrem no laboratório dietético, por meio das quais os usuários desenvolvem habilidades culinárias por meio de técnicas simples e saudáveis de preparos dos alimentos. O Monitoramento Nutricional da População é realizado com a utilização do SISVAN/Ministério da Saúde onde são registrados dados antropométricos e de consumo de alimentos gerando resultados para o planejamento de ações. A relevância acadêmica da extensão dá-se na possibilidade de proporcionar aos estudantes vivência mais próxima com a realidade da

saúde pública, instigar a produção de informações a partir da sistematização e análise dos resultados antropométricos e de saúde em geral, integrando assim, a formação com a pesquisa e a extensão.