

**[45101] 2021 - PROMOÇÃO DA SAÚDE E DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL:  
ARTICULAÇÃO DO ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO NA ATENÇÃO  
BÁSICA A SAÚDE**

**AUTORAS**

BRUNA LUISA DE BRITO

**CO-AUTORES**

LUANDA CONRADO

MARINA CARVALHO BERBIGIER

KAYODE ASSIS DA SILVA

**Coordenadora:Ilaine Schuch**

**Objetivo:** desenvolver ações de promoção da saúde através da alimentação saudável em uma unidade de Atenção Primária a Saúde. **Metodologia:** Antes da pandemia as ações ocorriam na unidade de saúde e território, com diferentes faixas etárias, realizando encontros de grupos, oficinas de habilidades culinárias, cultivo de horta e visitas em locais de produção de alimentos. Na pandemia e a necessidade de distanciamento social, o trabalho foi reorganizado, passando a ser realizado de forma remota, com utilização de material audiovisual, orientações por aplicativos de mensagens e, realização de encontros de usuários com a utilização de aplicativos de videoconferências. Assim, o grupo Alimentação Saudável e Mudança de Estilo de Vida (ASMEV) reúne semanalmente, em ciclo de 4 encontros, as pessoas que buscam de forma autônoma ou por intermédio de encaminhamento por outro profissional, atendimento para algum cuidado nutricional. Nestes encontros os temas e a forma de abordagem têm como objetivo desenvolver autonomia para que as pessoas façam escolhas alimentares saudáveis. Assim, por meio de desafios, dinâmicas grupais, socialização de vivências, relatos de facilidades e dificuldades e, abordagens mais dirigidas, são trabalhados os temas da alimentação saudável, rotulagem, comer emocional, comensalidade, quantidade dos alimentos e calorias, os quais são fundamentos do Guia Alimentar da População Brasileira. Ao final do ciclo as pessoas são encaminhadas para grupo de continuidade do cuidado, que é mensal. Durante todo o período as pessoas podem contatar a equipe pelo whats app para esclarecer dúvidas e receber material. A participação no planejamento e execução das atividades do grupo proporciona contato com a realidade da população, seus problemas de saúde e alimentação, permitindo uma formação mais reflexiva e comprometida com o SUS. Também, contribuir para a redução de riscos para doenças crônicas como a obesidade, diabetes, hipertensão, alguns tipos de câncer e outras cuja causa está na alimentação não saudável.