



## PROMOÇÃO À SAÚDE DE GESTANTES ATENDIDAS EM UMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE DE REALEZA-PR

Izabela Caroline de Brito<sup>1</sup>  
Luana Juçara Dal Agnol<sup>2</sup>  
Camila Elizandra Rossi<sup>3</sup>  
Amélia Dreyer Machado<sup>4</sup>

### Resumo:

A gestação é um período fisiológica e psicologicamente complexo, no qual são geradas expectativas e sentimentos novos. Assim, as Equipes de Saúde da Família buscam, através de ações de educação em saúde, o empoderamento desta população na busca de um saber coletivo que estimula sua autonomia e emancipação para o cuidado de si, dos seus e de sua realidade. As atividades em grupo são reconhecidas como principal ferramenta para realizar tais ações, em especial quando envolvem gestantes. A experiência aqui relatada diz respeito às ações desenvolvidas por acadêmicas do Curso de Nutrição, no Projeto de Extensão “Atuação Interdisciplinar na Atenção Primária à Saúde”, vinculado ao Programa NUTRISAN da Universidade Federal da Fronteira Sul *Campus* Realeza. Objetivou-se reconhecer o perfil, bem como desenvolver ações educativas com as gestantes atendidas em uma Unidade Básica de Saúde (UBS) no município de Realeza-PR. Para tanto, as acadêmicas participaram das atividades da UBS durante 4 horas/semana e também de uma reunião mensal do grupo de gestantes. Atualmente, a UBS atende a 104 gestantes, das quais 63,4% têm idade entre 20-29 anos, 34,3% de 30-39 anos e 11,4% são adolescentes. As intercorrências de maior relevância são: hipotireoidismo (16,6%), fator RH Negativo (11,4%) e hipertensão arterial (4,1%). No período de maio a agosto/2018, foram desenvolvidas 3 modalidades de atividades de orientação no corredor: conversas, entrevistas e apresentação de painéis com o conteúdo de sal, açúcar e gordura em alimentos altamente processados. As conversas versaram sobre dúvidas apresentadas pelas gestantes, demonstração do teor de sal, açúcar e gordura de alimentos processados e ultraprocessados, e anemia ferropriva. A participação na reunião do Grupo de Gestantes ocorreu no mês de julho, com a temática “Desmistificação de que alimentação saudável é cara.” A primeira atividade do encontro foi a demonstração, através dos mesmos painéis utilizados no corredor, das quantidades de açúcar, sal e gordura de alimentos industrializados e sua comparação com alimentos *in natura* e minimamente processados. Também foi realizado um comparativo de preços entre

<sup>1</sup>Acadêmica do Curso de Graduação em Nutrição, Universidade Federal da Fronteira Sul, Realeza, contato: [izabelabrito212@gmail.com](mailto:izabelabrito212@gmail.com), Bolsista do Programa NutriSAN de Extensão.

<sup>2</sup>Acadêmica do Curso de Graduação em Nutrição, Universidade Federal da Fronteira Sul, Realeza, contato: [luanadalagnol.ii@gmail.com](mailto:luanadalagnol.ii@gmail.com), Voluntária do Programa NutriSAN de Extensão.

<sup>3</sup>Professora do Curso de Graduação em Nutrição, Universidade Federal da Fronteira Sul, Realeza, contato: [camilarossi@uffs.edu.br](mailto:camilarossi@uffs.edu.br), Vice-Coordenadora do Programa NutriSAN de Extensão.

<sup>4</sup>Professora do Curso de Graduação em Nutrição, Universidade Federal da Fronteira Sul, Realeza, contato: [amelia.machado@uffs.edu.br](mailto:amelia.machado@uffs.edu.br), Coordenadora do Programa NutriSAN de Extensão.



alimentos industrializados e saudáveis. Na ocasião, também se demonstrou que é possível fazer a higienização de vegetais folhosos com água sanitária. Em seguida, realizou-se uma brincadeira com balões que continham perguntas sobre sintomas e alimentação durante a gestação. Quem estivesse com o balão, após brincadeira de jogá-los, tinha que estourá-lo e responder a pergunta. Para finalizar, foram apresentadas e degustadas duas receitas saudáveis e de fácil preparação: torta salgada integral e bolo integral de laranja. Foi servido suco de laranja, para reforçar às gestantes a necessidade de se ingerir sucos naturais e também ricos em Vitamina C. Da reunião do grupo participaram 8 gestantes e as enfermeiras, agentes de saúde e agentes de endemias de todas as UBS do município. A aceitação foi boa, visto que as gestantes tiraram dúvidas e as profissionais de saúde participaram ativamente para o estímulo à adoção de hábitos alimentares saudáveis. A interação entre saberes demonstrou uma possível efetividade da reunião, mas o número de gestantes participantes aponta a necessidade de traçar estratégias para aumentar a adesão das mesmas às reuniões.

**Palavras-chave:** Educação em Saúde, Educação Alimentar e Nutricional; Extensão Comunitária.