EDUCAÇÃO NUTRICIONAL ACESSÍVEL COMO ESTRATÉGIA DE PROMOÇÃO DA SAÚDE NA ATENÇÃO PRIMÁRIA: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Giulia Silva Meneses[1]

O presente trabalho tem como **objeto** relatar experiências de ações de educação nutricional desenvolvidas como estratégia de promoção da saúde e da segurança alimentar na Atenção Primária à Saúde. O **contexto** em que a experiência ocorreu compreende as Unidades Básicas de Saúde (UBS) do município de São Benedito do Rio Preto, Maranhão, englobando tanto a sede municipal quanto a zona rural. A **descrição da execução** das ações ocorreu entre os anos de 2024 e 2026, tendo como sujeitos envolvidos os usuários acompanhados pela Atenção Primária à Saúde (APS), com ênfase em indivíduos com doenças crônicas não transmissíveis, como diabetes mellitus, hipertensão arterial e obesidade. As técnicas adotadas envolveram uma abordagem multiprofissional e descentralizada, abrangendo atendimentos individuais, rodas de conversa, palestras educativas e visitas domiciliares. Durante as intervenções, buscou-se adaptar as recomendações científicas à realidade socioeconômica, cultural e alimentar local. Para viabilizar uma comunicação acessível, priorizou-se o incentivo ao consumo de alimentos regionais e a utilização de ferramentas didáticas visuais e ilustradas, adequando as orientações à rotina familiar e à capacidade de compreensão do público. **Resultados:** observou-se que a adoção de uma linguagem simples, combinada com recursos visuais, favoreceu maior participação ativa, adesão e assimilação dos conceitos dietoterápicos pelos usuários. Ademais, as visitas domiciliares fortaleceram expressivamente o vínculo terapêutico entre o profissional e a comunidade, permitindo um cuidado humanizado, individualizado e focado nas demandas reais do território. **Considerações finais:** destaca-se como lição aprendida que estratégias de educação nutricional baseadas na acessibilidade e na escuta qualificada reduzem barreiras de comunicação e aproximam a assistência da realidade da população. Conclui-se que tais ações consolidam os princípios do SUS e evidenciam a relevância do nutricionista na APS como agente transformador na promoção da autonomia e na prevenção de agravos à saúde.

Palavras-chave: Atenção primária à saúde. Educação Alimentar e Nutricional. Promoção da Saúde.

[1]Nutricionista. Secretaria Municipal de Saúde, São Benedito Do Rio Preto – Maranhão, Brasil. E-mail: giuliateles@hotmail.com