

POSTER - APRESENTAÇÃO REMOTA - EIXO DE ATENÇÃO A SAÚDE

**SALA DE ESPERA COMO INSTRUMENTO DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E  
NUTRICIONAL NO CONTEXTO DA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE:  
RELATO DE EXPERIÊNCIA**

*Lucas De Carvalho Siqueira (lucas-carvalho64@hotmail.com)*

*Maria Eduarda (duda.rbd2013@gmail.com)*

*Felipe Franklin De Jesus (felipe.franklin159@hotmail.com)*

*Ana Vivian Rodrigues De Araújo (anavivianrda@hotmail.com)*

*Elzineth Pereira De Oliveira (elzineth@hotmail.com)*

**INTRODUÇÃO:** As salas de espera são estabelecidas como recursos relevantes para a

realização de ações em Educação em Saúde (ES) uma vez que oportuniza a aprendizagem de novos conhecimentos, troca de experiências, e esclarecimento de dúvidas comuns. A educação alimentar e nutricional (EAN) é compreendida como um conjunto de estratégias sistematizadas que visam promover hábitos alimentares saudáveis voluntários, cultura e valorização.

**OBJETIVO:** Relatar a experiência vivenciada por residentes multiprofissionais em relação ao desenvolvimento de ações na forma de sala de espera voltada para a aplicação de EAN em usuários de uma Unidade de Saúde da Família (USF). **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo descritivo, na forma de relato de experiência, realizado em uma USF no dia 14 de setembro de 2023, escolhido pela secretaria de saúde do município da USF como Hiperdia, um dia

voltado para conscientização da prevenção e cuidados referentes à Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) e Diabetes Mellitus (DM). As atividades em questão desenvolvidas pelos residentes e apresentadas aos usuários envolveram panfletagem e a confecção de um cartaz com embalagens de oito alimentos industrializados, especificando a quantidade de açúcar e sal contidas nos mesmos, e representadas ludicamente através de sachês preenchidos com as quantidades descritas.

**RESULTADOS E DISCUSSÃO:** A ação realizada proporcionou a troca de informações relevantes sobre hábitos alimentares saudáveis, especialmente no que diz respeito à redução do consumo de açúcar e sal. Os usuários da USF demonstraram interesse e participação ativa nas atividades, mostrando-se receptivos à abordagem educativa. Durante a sala de espera, os residentes puderam esclarecer dúvidas frequentes dos usuários sobre a relação entre alimentação e doenças crônicas, como HAS e DM. As representações visuais das quantidades de açúcar e sal nos alimentos industrializados despertaram o interesse e a conscientização dos usuários sobre os riscos dessas substâncias em excesso na dieta.

**CONCLUSÃO:** A sala de espera como estratégia de EAN na USF se mostrou um instrumento potencial para a promoção de hábitos saudáveis e conscientização sobre os riscos do excesso de açúcar e sal, contribuindo para a prevenção de doenças crônicas e promoção da saúde local.

**Palavras-chave:** sala de espera; educação alimentar e nutricional; educação em saúde.