

PESQUISAS CIENTÍFICAS - AQUELAS QUE SÃO FRUTO DE PESQUISA EMPÍRICA DENTRO DOS PARÂMETROS DO MÉTODO CIENTÍFICO. - CUIDADO E HUMANIZAÇÃO EM SAÚDE - CUIDADO EM SAÚDE TRANSCENDE A REALIZAÇÃO DE TÉCNICAS E ASPECTOS FÍSICOS, CONTEMPLA A COMPREENSÃO DO CONCEITO AMPLIADO DE SAÚDE, E ENVOLVE UMA INTERAÇÃO AFETIVA QUE RESPEITA, ACOLHE E CONSIDERA A DIVERSIDADE DA EXISTÊNCIA HUMANA. NESSE CONTEXTO, A HUMANIZAÇÃO SIGNIFICA DIALOGAR COM A SINGULARIDADE DE CADA PESSOA, RECONHECENDO SUAS CRENÇAS E VALORES, COMPARTILHANDO ASSIM UM AMBIENTE DE CUIDADO IMPLICADO COM A REALIDADE, COM AS POLÍTICAS PÚBLICAS E COM A NECESSIDADE DOS COLETIVOS QUE VIVEM NOS TERRITÓRIOS.

PERFIL NUTRICIONAL, CONSUMO ALIMENTAR E (IN)SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL DO GRUPO COPPA DA ESTRATÉGIA DE SAÚDE DA FAMÍLIA - BOA VISTA DO MUNICÍPIO DE PETRÓPOLIS, RJ.

Giovanna De Souza Ferreira (giovannasf@alu.unifase-rj.edu.br)

Esthefanie Parreira Mello Dias (esthefanie.dias@prof.unifase-rj.edu.br)

Introdução: O perfil nutricional de mulheres brasileiras chega a ser diversificado para cada região, porém, uma coisa em comum foi encontrada em todas as regiões, o consumo insuficiente de micronutrientes essenciais e o aumento do consumo de alimentos ultraprocessados. Além disso, esse perfil seria influenciado por uma série de fatores, incluindo mudanças fisiológicas relacionadas ao envelhecimento, transição para climatério e menopausa, condições de saúde, insegurança alimentar e nutricional e o estilo de vida. Por

conta desse hábito alimentar inadequado, diversas mulheres com mais de 50 anos desenvolvem condições como obesidade, doença cardiovascular, diabetes tipo 2 entre outros fatores de risco relacionados a estilo de vida e alimentação. Objetivo: Avaliar o perfil nutricional, consumo alimentar e (in)segurança alimentar e nutricional das mulheres participantes do Grupo COPPA (Controle de Obesidade e Prevenção de Patologias Associadas) da Estratégia de Saúde da Família (ESF) do Boa Vista. Metodologia: Trata-se de um estudo observacional do tipo transversal realizado com 15 mulheres adultas participantes do grupo COPPA da ESF do Boa Vista. O grupo é realizado semanalmente na Associação dos Moradores do bairro e tem por objetivo principal contribuir para uma melhor qualidade de vida da população por meio do acolhimento, convívio, atividades lúdicas e discussões sobre a importância de uma alimentação saudável e demais temas relacionados à saúde. Foram coletados os dados de idade, peso e altura e aplicou-se o questionário dos marcadores de consumo alimentar e a Triagem para Risco de Insegurança Alimentar (TRIA) no dia do grupo, pela estagiária de nutrição da unidade de saúde. Os dados de peso e altura foram utilizados para calcular o índice de massa corporal (IMC), avaliado segundo a classificação de adultos (OMS, 1997) e idosos (OPAS, 2003). Os dados foram tabulados e analisados no Microsoft Office Excel 2013. A ausência do uso do TCLE se fundamenta por se tratar de um procedimento realizado rotineiramente como parte da atividade do grupo COPPA da unidade de saúde. Além disso, o emprego de dados é sigiloso, apresentado de forma agregada, sem riscos ou prejuízos ao bem estar dos participantes. Resultados e discussão: Participaram do estudo 15 mulheres com idade entre 57 a 80 anos. Entre os achados referentes ao estado nutricional observa-se elevados percentuais de sobrepeso 26,7% e obesidade 33,3%. Sendo assim, 60% dessas mulheres apresentaram excesso de peso. Em relação a eutrofia e baixo peso, 33,3% e 6,7% respectivamente. Segundo o SISVAN cerca de 11 mil mulheres acompanhadas na Atenção Primária à Saúde (APS), 63,2% apresentaram excesso de peso, o que corrobora com o presente estudo. No presente trabalho, 53,3% realizam suas refeições assistindo televisão, mexendo no computador e/ou celular. Um estudo do Rio Grande do Sul (RS), avaliou a insegurança alimentar (IA), o consumo alimentar e o estado nutricional de mulheres beneficiadas pelo programa bolsa família (PBF) e verificou que 42,8% costumam realizar as refeições assistindo televisão. Maia et al, 2016, observaram em seu estudo que essa dependência digital tem uma influência negativa no consumo alimentar pois os indivíduos tendem a apresentar uma maior frequência de consumo de alimentos não saudáveis. As

participantes deste estudo realizam cerca de 5 refeições diárias sendo elas: café da manhã (93%), lanche da manhã (67%), almoço e lanche da tarde (100%) e jantar (60%). O que difere do estudo do RS a qual o lanche da manhã é realizado apenas por 11,9%. Em 2020, o Ministério da Saúde (MS) publicou o documento “Situação alimentar e nutricional no Brasil: excesso de peso e obesidade da população adulta na Atenção Primária à Saúde”, que observou em relação ao dia anterior o consumo de feijão (85%), frutas (74%) e legumes/verduras (76%), o que se aproxima da presente pesquisa a qual o consumo foi de 80%, 73% e 80% respectivamente. O guia alimentar para a população brasileira (2014) recomenda o consumo de alimentos in natura e minimamente processados como base da alimentação. Quanto aos demais alimentos neste estudo verificou-se o consumo de biscoitos recheados, doces e guloseimas (33%), macarrão instantâneo, salgadinhos de pacote ou biscoito salgados (20%), hambúrguer e/ou embutidos e bebidas adoçadas (13%) já em relação ao documento publicado pelo MS o consumo dos alimentos ultraprocessados foram maiores do que ao da pesquisa realizada apenas o biscoito recheados, doces e guloseimas foram similares (35%). O consumo de alimentos ultraprocessados aumenta o risco para o desenvolvimento de doenças crônicas, devendo ser desencorajado. Segundo a TRIA, nesta pesquisa 73,3% apresentam segurança alimentar e cerca de 26,7% das participantes têm algum grau de IA (6,7% - IA Leve e 20% - IA moderada ou grave), o que demonstra ainda, preocupação ou incerteza quanto ao acesso ao alimento no futuro. Segundo o relatório da Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura (FAO) de 2023, o Brasil tem 21 milhões de pessoas (9,9% da população) que não têm o alimento no prato todos os dias e mais de 70 milhões de pessoas (32,8% da população) em IA moderada ou grave, entre 2020-2022. Conclusão: A partir desses resultados, foi proposto algumas intervenções para o grupo tais como roda de conversa sobre obesidade, folder sobre a importância de comer com atenção plena, calendário da safra dos alimentos, economia de gás e locais/dias de promoções de alimentos in natura e também foi elaborado um ebook de receitas para o jantar/ceia e um com doces saudáveis. Além do encaminhamento de algumas mulheres para assistente social da equipe multiprofissional (eMulti) da unidade. Concluímos que a pesquisa foi de extrema importância, pois auxiliou a estabelecer intervenções específicas e a longo prazo e o quanto o grupo COPPA possui uma boa influência na saúde dessas mulheres, auxiliando nas mudanças de hábitos e melhora na qualidade de vida.

Palavras-chave: estado nutricional; consumo alimentar; insegurança alimentar; atenção primária à saúde.