

Trabalho apresentado no 15º CBCENF

Título: ESTRATÉGIA EDUCATIVA SOBRE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL COM ADOLESCENTES NO ÂMBITO AMBULATORIAL À LUZ DE PAULO FREIRE

Relatoria: LARISSA LUDMILA MONTEIRO DE SOUZA BRITO
Jéssica Lourenço Carneiro

Autores: Rayssa Matos Teixeira
Érica Oliveira Matias
Maria Eglacir Monteiro de Souza

Modalidade: Pôster

Área: Determinantes de vida e trabalho

Tipo: Relato de experiência

Resumo:

INTRODUÇÃO: A adoção de um comportamento alimentar saudável na adolescência é apontada como uma importante medida de promoção da saúde, com repercussões positivas na vida adulta. **OBJETIVO:** Promover a saúde dos adolescentes, através de atividade educativa, de relevância no contexto da adolescência, sobre alimentação saudável à luz de Paulo Freire. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo descritivo do tipo relato de experiência, desenvolvido no mês de novembro de 2011 em um ambulatório especializado de assistência ao adolescente. A amostra foi constituída por dez indivíduos, na faixa etária de 10 a 19 anos. A coleta de dados ocorreu de forma processual conforme era realizada a atividade educativa fundamentada a partir do pressuposto de Paulo Freire. Estudo aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa sob parecer nº185/09. **RESULTADOS:** Realizou-se a apresentação entre as facilitadoras e os adolescentes para que pudéssemos começar a pesquisa do universo vocabular sobre os principais alimentos consumidos. A estratégia foi realizada através das cores vermelha, amarela e verde para simular as cores do semáforo e assim, facilitar a compreensão dos participantes sobre os alimentos que devem ser evitados, no círculo vermelho, os que devem ser consumidos com moderação, no círculo amarelo, e os que devem ser consumidos livremente, no círculo verde, bem como figuras ilustrativas de alimentos. Foram fornecidas orientações aos adolescentes sobre hábitos alimentares saudáveis. As mães, por estarem presentes na atividade, puderam reforçar a importância da alimentação para os filhos, bem como esclarecer dúvidas e solicitar orientações. Percebeu-se que a alimentação dos adolescentes é inadequada. Há ingestão excessiva de lipídeos e carboidratos, o que os tornam um grupo de risco para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares. **CONCLUSÃO:** Os adolescentes necessitam de orientações sobre hábitos alimentares adequados, para evitarmos o surgimento de distúrbios nutricionais e agravos durante essa fase importante da vida do indivíduo e para que não se tornem adultos propensos a desenvolver patologias relacionadas a uma alimentação inadequada. Ressalta-se que para as acadêmicas de enfermagem, o desenvolvimento da atividade foi gratificante, pois se evidenciou a contribuição das ações de enfermagem com enfoque na promoção da saúde dos adolescentes.