

Trabalho apresentado no 17º CBCENF

Título: NUTRIÇÃO SAUDÁVEL DOS PORTADORES DE HIPERTENSÃO ARTERIAL E DIABETES MELLITUS: DESTACANDO O ALIMENTO REGIONAL

Relatoria: FABIOLA MARIA DE NAZARÉ MONTE MAGALHÃES

Autores: andréa ribeiro da costa

Modalidade: Pôster

Área: Força de trabalho da enfermagem: recurso vital para a saúde

Tipo: Relato de experiência

Resumo:

Introdução: Dentre os alimentos implantados na dieta da população paraense o açaí se estabelece como alimento fundamental, este possui um alto valor energético e nutricional e é consumido, sobretudo misturado à farinha, com ou sem açúcar e com vários outros complementos que podem causar consequências nocivas no estado nutricional, principalmente na saúde do idoso, que na maioria dos casos, são portadores de hipertensão arterial e diabetes mellitus. O relato descreve a experiência de acadêmicas durante a ação de educação em saúde desenvolvida na prática da atividade curricular: atenção integral à saúde do adulto e idoso, integrante da diretriz curricular do curso de graduação em enfermagem da Universidade Federal do Pará. Objetivos: Reduzir a ocorrência de agravos dos portadores das doenças crônicas não transmissíveis e simultaneamente manter os hábitos alimentares regionais de forma adequada. Metodologia: Realizou-se a palestra explicativa com orientações sobre os possíveis malefícios ao controle da hipertensão arterial e diabetes associados ao consumo do açaí e seus complementos, além expor as formas saudáveis de ingestão do referido alimento. Resultados: Durante a atividade os ouvintes participaram de forma ativa, interessados em aprofundar o assunto. Após a ação, observou-se que a maioria dos participantes não obtinha conhecimento suficiente em relação aos malefícios que o açaí ingerido de maneira inadequada poderia ocasionar ao estado nutricional. Porém, houve o aprendizado e incentivo a novas formas no consumo do alimento, não retirando da dieta, mas sim adaptando mudanças nos hábitos alimentares, seguindo, desse modo, as orientações do ministério da saúde que incentiva as práticas alimentares saudáveis com enfoque prioritário o resgate de hábitos alimentares regionais. Conclusão: A experiência da educação em saúde voltada para o alimento regional apresentou resultado satisfatório, visto que cada participante fazia um novo questionamento, esclarecia suas dúvidas, podendo ocorrer dessa forma a transferência de conhecimento adquirido em sala de aula e principalmente a troca de vivências e novos conhecimentos. As ações educativas são de suma importância na concretização dos conhecimentos buscando a prevenção de doenças e auxiliando na manutenção dos hábitos nutricionais e na qualidade de vida.