

## Trabalho apresentado no 26º CBCENF

**Título:** PROMOÇÃO À ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL EM UMA UNIDADE DE SAÚDE: RELATO DE EXPERIÊNCIA

**Relatoria:** Tainara Menezes Hernandes  
Ester de Susã Vasconcelos Barros  
Ana Beatriz Pereira Siqueira

**Autores:** Cecília Conceição Viana  
Bianca Rafaele Souza Trindade  
Cristal Ribeiro Mesquita

**Modalidade:** Pôster

**Área:** Eixo 1: Assistência, gestão, ensino e pesquisa em Enfermagem

**Tipo:** Relato de experiência

**Resumo:**

**INTRODUÇÃO:** A lei nº 8.080, de setembro de 1990, que instituiu o Sistema Único de Saúde, garante a alimentação e a saúde como direitos constitucionais. Essa legislação reconhece a importância da alimentação e atribui ao Ministério da Saúde a responsabilidade de formular políticas de alimentação e nutrição. Dessa forma, a Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN) estabeleceu-se em 1999 como promoção à saúde e alimentação para práticas alimentares saudáveis na prevenção de agravos relacionados à alimentação e nutrição. **OBJETIVOS:** Relatar a experiência vivenciada por acadêmicos de enfermagem durante uma ação de extensão em educação em saúde sobre a promoção à alimentação saudável. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, vivenciado por discentes do curso de graduação em enfermagem de uma universidade pública federal, desenvolvida em uma Unidade Municipal de Saúde, no município de Belém-Pará no mês de maio de 2024. **RESULTADOS:** A ação iniciou-se na sala de espera da Unidade Municipal de Saúde com uma palestra ministrada pelas acadêmicas de enfermagem acerca do tema “Promoção à alimentação saudável”. Foi utilizada e apresentada pelas discentes como tecnologia um banner na qual explicitava tópicos que destacavam 10 passos para uma alimentação saudável, juntamente com um guia básico para planejar um prato saudável durante as refeições. Durante as explicações das discentes foram reforçados a importância de uma boa alimentação, os objetivos e benefícios de uma alimentação adequada, hábitos de estilo de vida saudáveis e por fim agravos decorrentes da má alimentação. Logo em seguida, foi feita uma interação com o público sobre mitos e verdades da alimentação para testar o conhecimento deles e dessa forma ganhar um brinde, no qual foi um saquinho que continha açafrão em pó — especiaria usada como tempero — e foram entregues um check-list, de modo que pudessem acompanhar as suas refeições diárias. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** Nesse cenário, foi possível instruir sobre uma alimentação saudável e adequada, tendo uma aproximação com o público presente e esclarecendo lacunas quanto às informações para os usuários, o que compreende a suma importância que as ações em saúde determinam na saúde primária, tanto para a promoção da saúde quanto para a prevenção de agravos. Portanto, é possível eliminar essas lacunas por meio de um atendimento de saúde de qualidade e incentivando a autonomia do usuário.