



Capítulo 4
doi.org/10.53934/GPTI-04

**ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO COM JOGOS LÚDICOS NA
ATENÇÃO BÁSICA EM UM MUNICÍPIO DO CURIMATAÚ
PARAIBANO**

João Rodrigues de Pontes Neto¹; Kaio César de Faria Araújo²; Patrícia Alves Silva³; Taisa Paiva de Lima⁴; Maysla Rayssa Silva Costa⁵; Isis Giselle Medeiros da Costa⁶; Cinthia Caroline Alves Marques⁶; Gracielle Malheiro dos Santos⁷

¹Graduando do curso de nutrição do Centro de Educação e Saúde da Universidade Federal de Campina Grande, Campus de Cuité, Paraíba (CES/UFCG). E-mail: rodrigues.pontes@estudante.ufcg.edu.br,

²Graduando do curso de nutrição do Centro de Educação e Saúde da Universidade Federal de Campina Grande, Campus de Cuité, Paraíba (CES/UFCG). E-mail: kaiofaaria@gmail.com, ³Graduanda do curso de nutrição do Centro de Educação e Saúde da Universidade Federal de Campina Grande, Campus de Cuité, Paraíba (CES/UFCG). E-mail: patriciaalves0703@gmail.com, ⁴Residente Multiprofissional em Saúde Coletiva (ESP-SES/PB). Nutricionista. Integrante do Grupo de Pesquisa e Trabalho Interprofissional (GPTI). E-mail: taisapaiva.bd@gmail.com, ⁵Residente Multiprofissional em Atenção Primária à Saúde (UNIFIP/PB). Nutricionista. Integrante do GPTI. E-mail: mayslarayssa45@gmail.com, ⁶Enfermeira. Equipe de Saúde da Família. Atenção Básica. Secretaria Municipal de Saúde de Cuité. ⁷Docente do CES/UFCG. Integrante do GPTI.

Resumo: As atividades práticas de educação em saúde abordaram o tema alimentação e nutrição humana, estes sendo um instrumento na promoção de mudanças de comportamento e melhoria da qualidade de vida da população. Trata-se de um relato de experiência que objetiva registrar atividades práticas de alimentação e nutrição em serviços de saúde da Atenção Básica, por alunos de graduação em nutrição do Centro de Educação e Saúde, da Universidade Federal de Campina Grande, campus Cuité. Assim como refletir sobre a percepção dos estudantes envolvidos na disciplina de Práticas de Saúde Coletiva, descrevendo os jogos lúdicos que possibilitasse um diálogo sobre alimentação em uma atividade de educação em saúde. Pôde-se observar que as ações realizadas no encontro contribuíram para o enriquecimento do conhecimento acerca da nutrição, envolvendo o fortalecimento de ideias e boas escolhas para uma alimentação que abrange um estilo de vida mais autônomo e saudável. Faz-se necessário a presença de jogos e eventos que enriqueçam o conhecimento dos usuários do SUS, ofertando mais qualidade de vida e autonomia através de ensinamentos lúdicos nas práticas e ações de educação e saúde.

Palavras-chave: Saúde coletiva; Estudantes; Participação Comunitária; SUS;

INTRODUÇÃO

A realização de atividades práticas de educação em saúde voltadas para o tema alimentação e nutrição humana são um instrumento importante na promoção de mudanças de comportamento e melhoria da qualidade de vida da população. Além disso, contribui para a formação acadêmica, pois insere o estudante dentro do ambiente de trabalho e proporciona vários aprendizados, conhecimentos e o convívio com a rotina dos profissionais de saúde (DERMARZO, 2013).

A Atenção Primária em Saúde (APS) é formada por duas unidades principais, a Unidade Básica em Saúde (UBS) e Unidade de Saúde da Família (USF). A APS tem como finalidade ser a principal porta de entrada para os usuários no campo que rege o Sistema Único de Saúde (SUS), tendo como definição ser um conjunto de ações ligadas à saúde da população em que está inserida (RITA; RITA, 2023).

Dentro do SUS, se tem o desenvolvimento do processo educacional voltado para a população com o intuito de trocar informações a respeito de variados temas, que parte do princípio do profissional para os usuários do SUS. O educador pode utilizar de diversos meios para levar este conhecimento, requerendo técnicas pedagógicas que sensibilizem o ouvinte e o torne participativo, deixando-os consciente de que os enfrentamentos de âmbito coletivo ou individual podem influenciar na sua qualidade de vida (SALCI *et al.*, 2013 apud GONÇALVES, 2020).

O desenvolvimento das ações na APS parte de um conceito voltado à implementação de técnicas educativas que auxiliem na intervenção do processo saúde-doença da população. Dessa forma, a alimentação e nutrição constituem um modelo de condições necessárias para o desenvolvimento da proteção e promoção à saúde. As ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) desempenham um papel fundamental no âmbito da Atenção Básica (AB), pois surge como meio de reorganização da rede de atenção à saúde com a finalidade de aproximar a comunidade com as ações educativas desenvolvidas, assim, expandindo o campo voltado às intervenções (FRANÇA; CARVALHO, 2017).

Na prática de EAN, o nutricionista possui o papel de mediador, no qual desenvolve as atividades educativas de forma horizontal priorizando a troca dos saberes e a construção de novos conhecimentos, tornando o usuário um sujeito ativo no processo. Sendo assim, um modo de proceder que contribui mais efetivamente para as mudanças de comportamento alimentar dos indivíduos (MACEDO; AQUINO, 2018).

O nutricionista contém diversas possibilidades de atuação voltado à esfera da saúde coletiva, a exemplo, desenvolvimentos de atividades em grupos, na atenção individual, no auxílio à execução de programas e organizações na coordenação, em ações de promoção à alimentação saudável, e na avaliação de situações de insegurança alimentar em grupos (SILVA; AQUINO, 2014). Diante disso, a articulação na graduação do ensino teórico junto às práticas é de enorme importância para formação do estudante de nutrição, pois permite uma maior construção de conhecimentos associando o aprendizado teórico apresentado em sala de aula ao contato prático com a realidade da comunidade, ampliando seu aprendizado e transcendendo a formação técnico-profissional (SILVA; AQUINO, 2014). Dessa forma, o objetivo deste trabalho é descrever e refletir sobre as atividades práticas de alimentação e nutrição em serviços de saúde da Atenção Básica por alunos de graduação em nutrição da Universidade Federal de Campina Grande-PB, campus Cuité.

PERCURSO DA EXPERIÊNCIA

Trata-se de um relato de experiência vivenciado através da disciplina de Prática de Saúde Coletiva, a ação foi desenvolvida por estudantes do curso de Nutrição da Universidade Federal de Campina Grande (UFPA) durante o decorrer da disciplina de Práticas de Saúde Coletiva, no ano de 2023.

A disciplina acontece em parceria com as equipes de saúde junto a Secretaria Municipal de Saúde. Ela se organiza de forma que um grupo de estudantes a partir do quinto período letivo do curso junto a um professor que participa com a turma de ações inseridas em serviços públicos, visando desenvolver ações ligadas às competências do nutricionista em políticas e programas. Este trabalho perfaz a experiência de uma turma junto às unidades de saúde “UBS Raimunda Domingos de Moura.” na zona urbana e outra na zona rural “UBS Retiro Batentes”.

As ações são semanais, realizadas em um turno do expediente normal do serviço, as ações realizadas são em sua maioria coletivas, de aproximação com a realidade dos afazeres das diferentes profissões, reconhecimento do território, desenvolvimento de práticas de cuidado como sala de espera, visita domiciliar, educação em saúde, grupos, avaliação antropométrica e outras.

As ações de educação em saúde por meio de jogos e brincadeiras lúdicas aconteceu junto às pessoas da unidade básica de saúde (UBS) na comunidade Retiro, zona rural do município de Cuité, localizada no Interior do Curimataú Paraibano. A cidade de Cuité tem uma população estimada em 19.719 indivíduos (IBGE, 2023). O público alvo das atividades realizadas foram moradores da comunidade Retiro, zona rural do município de Cuité, Paraíba. Esse território corresponde ao maior território em espaço geográfico das unidades vinculadas à Secretaria Municipal de Saúde.

As ações de educação em saúde foram executadas com intuito de garantir à população informações básicas sobre uma alimentação saudável, a real composição dos alimentos que são diariamente consumidos, os problemas de saúde que esses alimentos podem acarretar com o uso contínuo e a importância do conhecimento voltado à alimentação no geral. Logo, possibilitando ao público o entendimento sobre a importância na melhora dos hábitos alimentares, na prática de consumo e sua forma de aquisição. Diante disso, a ação foi conduzida por meio de orientações em forma de conversa, em uma tenda para centralização do evento e cadeiras para os participantes sentarem, em que se utilizou o auxílio de um microfone para uma melhor comunicação e integração auditiva com os jogos aplicados.

Na roda de conversa, além da temática voltada à nutrição, foram debatidos diversos assuntos relacionados aos cuidados da saúde no geral. Como, a importância aos cuidados da saúde bucal, a disponibilidade do serviço ao psicólogo, aos cuidados e proteção voltado a vulnerabilidade de contaminação por doenças infecciosas, além, de informações relacionadas aos programas de auxílios, e dos horários e disponibilidades dos Agentes Comunitários De Saúde (ACS) na realização de suas atividades na Unidade Básica de Saúde (UBS), como ilustrado na figura 1.



Figura 1: Roda de conversa abordando diferentes temáticas voltada aos cuidados da saúde no geral.
Fonte: Autoria própria, 2023.

EDUCAÇÃO E SAÚDE POR MEIO DE JOGOS E BRINCADEIRAS

A ação da disciplina de Práticas de Saúde Coletiva foi realizada na Unidade Básica de Saúde na comunidade Retiro. Ela ocorreu em um momento único, em horário e participação comunitária programada, junto a aplicação da dinâmica que consistiu em dois jogos, como descrito a seguir:

Jogo 01: Adivinhar alimentos naturais e ultraprocessados.

O primeiro jogo foi denominado de “adivinhar: alimentos naturais e ultraprocessados”, como meio de facilitar a comunicação entre os estudantes e os participantes, consistindo em entregar para os participantes vários modelos de alimentos, tanto naturais, como a uva, a maçã e a melancia, como os ultraprocessados, macarrão instantâneo, salgadinhos, biscoito e outros. Ambas categorias de alimentos eram feitas de material em EVA.

No desenvolvimento do jogo, foi perguntado brevemente para os participantes se o alimento que estava em sua mão era natural ou ultraprocessado e, em seguida, questionado sobre sua familiaridade com o alimento, com o objetivo de entender se aquele alimento fazia parte ou não do dia a dia do participante e demais motivos para escolhas alimentares, como alergia, condição socioeconômica, preferência alimentar e outros. Ilustrado na figura 2.



Figura 2: Aplicação do primeiro jogo, adivinhar alimentos ultraprocessados e naturais.
Fonte: Autoria própria, 2023.

Jogo 02: “Caixa mágica”

O segundo jogo, realizado no mesmo espaço do primeiro e com os mesmos participantes, foi denominado de “caixa mágica”, na qual, foi utilizada como meio para facilitar a comunicação entre os estudantes e os participantes. Na execução, é colocado dentro da caixa mágica embalagens vazias de alguns alimentos ultraprocessados. Para integrar ainda mais o jogo, também foram utilizados pequenos saquinhos adicionados de açúcar, que representaria a quantidade de açúcar apresentada em cada alimento ultraprocessado da caixa mágica.

No decorrer da dinâmica, foi pedido para os indivíduos presentes que retirassem uma embalagem e a cada rodada era conversado sobre aquele alimento, abordando se o alimento era nutritivo, se costumavam consumir diariamente ou se tinham alguma questão a trazer sobre o rótulo do alimento. Tudo com o objetivo de entregar o conhecimento de forma lúdica acerca da nutrição, acolher diferentes opiniões acerca da alimentação e ofertar um debate sobre escolhas alimentares saudáveis.



Figura 3: Aplicação do segundo jogo, “caixa mágica”.
Fonte: Autoria própria, 2023.

REFLEXÃO-AÇÃO NA FORMAÇÃO EM NUTRIÇÃO: PERCEPÇÃO DOS ESTUDANTES

“Meu nome é João Neto, sou estudante do curso de Nutrição da Universidade Federal de Campina Grande, campus Cuité e sou natural de Goiana-PE. Minha motivação para a escrita deste trabalho é ajudar na oferta de conhecimento para docentes leitores da universidade, contribuindo para o campo de conhecimento da minha futura profissão e na elaboração de mais um projeto na universidade em que estudo. Esta atividade que participei junto aos meus colegas de curso auxiliou em algumas percepções que antes não havia experimentado observar de maneira mais consciente, como por exemplo, o reconhecimento territorial, as fragilidades vividas pela população quando a condição socioeconômica é mais baixa e como o profissional e saúde lida com as fragilidades sociais e econômicas. Além disso, foi importante acompanhar a rotina e as ações de educação e saúde junto a equipe, para a participação das pessoas existe todo um trabalho coletivo. Para realizar um evento de educação em saúde com métodos mais lúdicos, o acolhimento é um fator primordial, assim como o cuidado para uma boa comunicação, valorização dos diferentes saberes, o princípio de equidade e conhecimentos de saúde coletiva ajudam a garantir a produção

de informação para todas as pessoas” (João Neto, graduando em Nutrição do CES/UFCEG, 6º período, 2023).

“Eu sou o Kaio, estudante do curso de Nutrição da Universidade Federal de Campina Grande, campus Cuité e sou natural da cidade de Caicó-RN. A disciplina de Práticas de Saúde Coletiva me possibilitou diversas experiências enriquecedoras através da abordagem do acolhimento ao público, que visa o cuidado, a escuta e olhar do indivíduo como único. Tive a oportunidade de planejar e executar junto a equipe ações voltadas para promoção e prevenção de saúde, a experiência de executar uma comunicação clara e objetiva, do trabalho em conjunto, e da importância sobre ações de liderança. Foi necessário o exercício da criatividade em alguns momentos, principalmente para produção das ferramentas lúdicas, a exemplo, jogos e histórias que facilitaram a interação entre a população e os profissionais. De modo geral, foi uma experiência incrível onde pude observar a importância da Saúde Coletiva na formação pessoal e profissional do estudante da área da saúde, logo contribuindo para o avanço da formação de profissionais cada vez mais humanizados” (Kaio, graduando em Nutrição do CES/UFCEG, 6º período, 2023).

“Oi, meu nome é Patrícia Alves, sou aluna do curso de Nutrição da Universidade Federal de Campina Grande. Eu obtive por meio das atividades práticas as seguintes habilidades e competências: coloquei em prática os conhecimentos teóricos adquiridos na sala de aula, desenvolvi uma comunicação clara e as relações interpessoais, o trabalho em equipe, a liderança, aprendi sobre as diferentes formas de cuidado, a importância de ouvir e olhar o indivíduo na sua totalidade, pois ter essa visão é essencial na promoção de saúde. Visualizei como o nutricionista atua e contribui em conjunto a uma equipe multiprofissional. Exercitei a criatividade na produção de materiais como jogos lúdicos, histórias com fantoches, caixa mágica para serem utilizados no processo de educação alimentar e nutricional o que facilitou a captação da atenção dos indivíduos e o envolvimento nas atividades realizadas. O desafio notado foi a passagem de um conhecimento técnico para uma linguagem mais informal e compreensível pelo público e faixa etária.” (Patrícia, graduanda em Nutrição do CES/UFCEG, 6º período, 2023)

As reflexões com base em ação configuram-se em aprender fazendo, anunciando-se as dificuldades e as possibilidades de tentar resolver em um processo contínuo. O professor está na posição de mediador desse processo sendo um momento importante pelo período curricular em que ele acontece. É uma das primeiras experiências práticas dos estudantes, poder fazê-lo junto às equipes de saúde fortalecem a importância de uma formação em saúde que possa ser mais comprometida com os desafios reais de quem está no Sistema Único de Saúde e dos problemas de saúde da população.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Portanto, nota-se que atividades práticas voltadas à educação em saúde são necessárias no processo de formação dos estudantes do curso de graduação em nutrição, pois possibilita a vivência do estudante na rotina de trabalho de uma equipe multiprofissional, aumento no repertório teórico e prático, o estabelecimento de vínculos com os usuários, como também a formação de profissionais mais humanizados, o fortalecimento das habilidades sociais e emocionais, adjunto a uma diversificação de novas experiências.

AGRADECIMENTOS

Aos profissionais da Unidade Básica de Saúde Raimunda Domingos de Moura e da Unidade de Saúde do Retiro Batente por toda experiência compartilhada, pela oportunidade de vivenciar momentos enriquecedores, além, do auxílio ao entendimento na prática sobre a importância da saúde coletiva no desenvolvimento de práticas voltadas à população de Cuité. Agradecemos a gestão pública municipal pela parceria e acolhimento das propostas interinstitucionais entre o curso de nutrição e a Secretaria Municipal de Saúde a parceria ensino-serviço proporciona uma formação mais ampliada e rica em experiências para formação profissional.

REFERÊNCIAS

DEMARZO, M. M. P. **Reorganização dos sistemas de saúde: promoção da saúde e Atenção Primária à Saúde**. UNA-SUS / Universidade Federal de São Paulo–UNIFESP, 2013. 25p. Disponível em: unasus.unifesp.br/biblioteca_virtual/esf/2/unidades_conteudos/unidade02/unidade02.pdf. Acesso em: 02 out. 2023.

FRANÇA, C. J.; CARVALHO, V. C. H. S. Estratégias de educação alimentar e nutricional na Atenção Primária à Saúde: uma revisão de literatura. **Saúde em Debate**, v. 41, n. 114, p. 932–948, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sdeb/a/zcPb36wCbgPrYxRZrkycCQk/abstract/?lang=pt#top>. Acesso em: 2 out. 2023.

GONÇALVES, R. DE S. et al. Educação em saúde como estratégia de prevenção e promoção da saúde de uma unidade básica de saúde. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 3, n. 3, p. 5811–5817, 2020.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). **Cidades: IBGE, 2023**. Disponível em: cidades.ibge.gov.br/brasil/pb/cuite/panorama. Acesso em: 02 out. 2023.

MACEDO, I. C.; AQUINO, R. C. O Marco de Referência De Educação Alimentar e Nutricional para Políticas Públicas no Brasil no Contexto do Atendimento Nutricional. **DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde**, [S. l.], v. 13, n. 1, p. 21–35, 2018. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/demetra/article/view/28663>. Acesso em: 2 out. 2023.

MENEZES, R. C. E.; OLIVEIRA, M. A. A.; COSTA, E. C.; LONGO-SILVA, G.; OLIVEIRA, J. S.; Leal, V. S. Alimentação e nutrição na Atenção Básica à Saúde : A educação permanente como instrumento de aproximação ensino-serviço. **Revista Baiana**

RITA; RITA. O gestor nas unidades básicas de saúde no Brasil: uma revisão da literatura. *Revista Eletrônica Científica da UERGS*, v. 9, n. 1, p. 51–60, 30 abr. 2023.

RITA; RITA. O gestor nas unidades básicas de saúde no Brasil: uma revisão da literatura. *Revista Eletrônica Científica da UERGS*, v. 9, n. 1, p. 51–60, 30 abr. 2023.

SALCI, M. A. et al. Health education and its theoretical perspectives: a few reflections. *Texto & Contexto - Enfermagem*, v. 22, n. 1, p. 224–230, mar. 2013.

SILVA, J. A.; AQUINO, J. S. Vivência do estudante de nutrição na atenção primária: Um relato de caso. **Extensio: Revista Eletrônica de Extensão**, Florianópolis, v.11, n.18, p.15-23, 2014. Disponível em:https://www.researchgate.net/publication/276343767_Vivencia_do_Estudante_de_Nutricao_na_Atencao_Primaria_um_Relato_de_Caso. Acesso em: 2 out. 2023.