



PRATICANDO NUTRIÇÃO NO ÂMBITO DA SAÚDE MENTAL: RELATO DE EXPERIÊNCIA.

Janaina Dayana da Silva Costa, Graduanda de Nutrição da UFCG,
janainadayana@hotmail.com

Poliana de Araújo Palmeira, Professora do Curso de Graduação em Nutrição da
UFCG, palmeira.poliana@gmail.com

INTRODUÇÃO: As atividades práticas de nutrição com a comunidade estão inseridas no contexto da disciplina Prática em Saúde Coletiva do curso de Nutrição da Universidade Federal de Campina Grande (UFCG). A disciplina proporciona aos alunos uma vivência inicial em diferentes campos de atuação profissional, a saber: Saúde, Assistência Social e Educação, sendo a área da saúde uma das oportunidades do aluno de nutrição desenvolver atividades de educação em saúde de promoção de práticas alimentares saudáveis. No caso deste relato a autora objetiva expor a experiência de atividades educativas, vivenciadas junto aos usuários e profissionais do Centro de Apoio Psicossocial (CAPS), ponto de atenção à saúde de média complexidade, localizado no município de Cuité/PB.

METODOLOGIA: As práticas foram realizadas uma vez por semana, com duração média de três horas, compreendendo o período de julho a setembro de 2013, planejadas de acordo com a necessidade do serviço e preferências do público. Em média duas atividades foram elaboradas para cada semana, sendo o tema alimentação focalizado em sua maioria.

RESULTADO: O CAPS de Cuité atende diariamente uma clientela fixa de aproximadamente 18 usuários com diferentes transtornos mentais. No serviço são realizadas rotinas que envolvem o café da manhã, o “Bom dia CAPS”, almoço e lanche, além de acompanhamento psicológico e cuidados com a horta instalada no próprio CAPS. As potencialidades observadas no local foram a equipe e os espaços interno e externo. As atividades estimularam a interação entre os participantes, bem como as habilidades motoras, criatividade, consumo de vegetais produzidos na horta e mudança de hábitos. Considerando a



especificidade do público foram adotadas estratégias para instigar a produção e a participação pelos usuários, como: elaboração de crachás, bingo dos alimentos, pintura, colagem, exercícios físicos, oficina culinária, produção de cartão e uso dos sentidos. O público demonstrou maior interesse em atividades que envolveram desenhos e pinturas, sendo as produções registradas em fotografias. Além das produções os participantes interagem entre si, compartilhavam informações inerentes a suas próprias experiências de vida e sugestionavam atividades para encontros subsequentes. Foi observada grande satisfação quanto às atividades propostas tanto do público-alvo como da equipe do CAPS. **CONCLUSÃO:** As práticas de nutrição no CAPS contribuíram para o processo de formação da autora, principalmente no que se refere a identificação de particularidades que norteiam os usuários; a prática de educação nutricional associada a atuação interdisciplinar; a realização do trabalho em equipe; e o despertar de um olhar humanizado para com o usuário. Contribuíram também para perceber a eficácia de ações de educação alimentar e nutricional planejadas segundo as características e limitações decorrentes do transtorno mental apresentado, as quais variam desde dificuldades motoras e de concentração, até desequilíbrio físico. Disseminar o tema alimentação saudável com os usuários do CAPS foi importante porque enfatizou além dos benefícios para saúde, a adesão a hábitos de vida que incluem não somente a alimentação, mas higienização, prática de atividade física, interação com o meio, valorização individual e socialização. As práticas serviram como instrumento de terapia para auxiliar profissionais e usuários na reabilitação e tratamento psicossocial.

PALAVRAS-CHAVE: Práticas de Nutrição; CAPS; Saúde Mental;