

## NUTRIÇÃO E SAÚDE MENTAL: REFLEXÕES A PARTIR DE UMA EXPERIÊNCIA DE MONITORIA EM SAÚDE COLETIVA

Natália Fernandes do Nascimento (1); Luciana Maria Pereira de Sousa (2)

*Universidade Federal de Campina Grande/ Centro de Educação e Saúde/ Unidade Acadêmica de Saúde. Sitio Olho D'agua da Bica, s/n, Cuité, Paraíba, Brasil, 58175-000. Nathe\_fernandes16@hotmail.com*

**RESUMO:** O desenvolvimento de políticas públicas pensadas para a saúde mental se deu após a aprovação da Lei n.10.216 da Reforma Psiquiátrica, a qual consolidou um modelo assistencial diferenciado dos comuns manicômios de cárceres privado, para a existência de um novo modelo, o CAPS, o qual exerce extrema importância na discussão do atendimento terapêutico mental e social. O objetivo desse trabalho é relatar as experiências vivenciadas durante a monitoria da disciplina de Prática de Nutrição em Saúde Coletiva (PNSC), realizadas no Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) localizado no município de Cuité, PB. O resultado obtido dessa experiência de monitoria é de grande relevância para a formação dos discentes. Também os alunos matriculados são beneficiados pelo acompanhamento do monitor, conferindo um auxílio mais individualizado com a perspectiva de sanar dúvidas, isso acaba por facilitar e potencializar o aprendizado. A monitoria de PNSC nesse tipo de serviço da Saúde, no campo da Saúde Mental, possibilita um “repensar” contínuo na prática de atuação do futuro profissional nutricionista, possibilitando o diálogo da nutrição com a saúde mental, uma vez que a alimentação está para além de uma necessidade biológica, contudo faz parte de várias dimensões da compreensão da vida e da saúde. Assim, concluiu-se que a monitoria em PNSC é uma estratégia de enriquecimento pessoal do discente monitor, dos demais discentes matriculados, da ampliação do cuidado interdisciplinar no serviço para promoção e tratamento da saúde. Sendo necessário a intensificação de discussão sobre o papel da nutrição na integralidade da saúde mental.

Palavras-chave: Nutrição; Saúde mental; Monitoria; Saúde Coletiva

### INTRODUÇÃO

De acordo com dados da Organização Mundial de Saúde (OMS) o transtorno mental de aproximadamente 450 milhões de pessoas não é tratado com a mesma importância dos problemas de saúde físicos, sendo que boa parcela desse descaso se dá pela carência em recursos direcionados a essa área por ainda

serem muito pequeno os avanços em políticas públicas direcionadas a saúde mental, enquanto isso o número de pessoas com transtornos psicossociais só aumentam elevando os custos ocasionados pelo não cuidado. (COSTA; 2010).

Felizmente, em alguns países as políticas públicas são estruturadas com uma sensibilização do cuidado em atenção à saúde

para com esse grupo especial. No Brasil, esses recursos passaram a estar previstos no financiamento destinado pelo Sistema Único de Saúde, direcionados ao Centro de Atenção Psicossocial (CAPS). Isso se deu após a aprovação da Lei n.10.216 da Reforma Psiquiátrica, a qual consolidou um modelo assistencial diferenciado dos comuns manicômios de cárceres privado, para a existência de um novo modelo, o CAPS, o qual exerce extrema importância na discussão do atendimento terapêutico mental e social (BRASIL; 2003)

Para que essa atenção seja completa é necessária uma interação entre as áreas da clínica, saúde mental e saúde coletiva. Este último o mais interdisciplinar, é uma das disciplinas que é oferecida na graduação de Bacharelado em Nutrição, servindo de instrumento de desenvolvimento comprometido com a postura social, e na formação de profissionais competentes, honestos e cidadãos.

Dada a importância da interdisciplinaridade para o cuidado na atenção psicossocial, esse artigo justifica-se pela necessidade de obras literárias que dialoguem a nutrição com a saúde mental, tendo em vista que a formação do profissional nutricionista deve ser generalizada e capaz de atuar em diversas áreas de conhecimento, e um espaço adequado para união de saberes é o

CAPS, uma vez que tem como estratégia a realização de oficinas, atividades dinâmicas e lúdicas do tipo educacionais com intuito de integrar e reinserir na sociedade indivíduos que necessitam de uma atenção diferenciada no cuidado da saúde mental. Além disso, a relevância de existir monitoria em uma disciplina de conteúdo prática destaca-se como um processo de formação em excelência.

Assim, esse trabalho tem como objetivo relatar as experiências vivenciadas durante a monitoria da disciplina de Prática de Nutrição em Saúde Coletiva (PNSC), realizadas no CAPS.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de um relato de experiência que visa descrever a vivência acadêmica de atuação na monitoria da disciplina de Práticas de Nutrição em Saúde Coletiva (PNSC) do curso de Bacharelado em Nutrição do Centro de Educação e Saúde da Universidade Federal de Campina Grande, com realização no período letivo de 2015.1 e 2015.2, no Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) localizado no município de Cuité, na região do Curimataú do estado da Paraíba.

Na monitoria é cumprida carga horária de doze horas semanais, sendo essas através de plantão de orientação no campus

universitário; com orientação, sugestão e correção na construção da programação semanal proposta pelos alunos que compõe o grupo direcionado á prática do CAPS, a qual é feita utilizando a ferramenta de Planejamento Pedagógico estabelecido no manual da disciplina em questão; e ainda com a participação durante o desenvolvimento da prática monitorando e auxiliando o grupo além de dar suporte ao professor supervisor da prática.

A disciplina é dividida em dois ciclos por período, possibilitando ao monitor acompanhar as práticas de dois grupos de alunos, sendo que cada grupo escolhe um tema geral para trabalhar durante o ciclo e desenvolve atividades práticas semanais de acordo com os subtemas advindos desses temas gerais.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A experiência de monitoria é de grande relevância para a formação dos discentes, pois como afirma Assis et al, (2006), a monitoria é um programa de grande importância não apenas por se constituir em uma proposta de auxiliar o professor em suas atividades nas etapas do processo didático-pedagógico, contudo permite que o acadêmico amplie seu conhecimento em determinada área, experimentando a responsabilidades e os

prazeres da docência podendo contribuir para o interesse de atuação profissional acadêmica e coopera para o desenvolvimentos de aptidões e habilidade no processo de ensino.

Em relação aos alunos matriculados na disciplina de PNSC, é possível inferir alguns pontos positivos para o desenvolvimento das suas atividades práticas por serem beneficiados pelo acompanhamento do monitor, conferindo um auxílio mais individualizado com a perspectiva de sanar dúvidas, isso acaba por facilitar e potencializar o aprendizado dos discentes, uma vez que há um diálogo equiparado e o monitor tendo passado pela experiência de ter sido aluno da disciplina em questão em um período recente, tem a capacidade de auxiliar os discentes a enfrentar os desafios pertinentes a disciplina e até de estimular o interesse e empenho dos alunos pela mesma. Além disso, o monitor tem o papel de servir como intermédio de diálogo na dinâmica aluno-monitor-professor.

A monitoria é considerada atividade de Ensino, modalidade integrante dos três pilares da Educação na Universidade, o conhecido tripé Pesquisa-Ensino-Extensão, estabelecido como eixo para as universidades do Brasil, conforme o artigo 207 da Constituição Brasileira de 1988, nesse sentido a monitoria de PNSC promove a dualidade de ensino-extensão uma vez que há a construção de

conhecimento e discussão de saberes simultaneamente entre os acadêmicos e um grupo da sociedade, os quais são os usuários e funcionários do CAPS, situação que segundo Andrade e Moita (2009) confere a compreensão ético-político-social necessária à formação de profissional de excelência mais humanizada, numa união de saberes científicos e populares entre educadores, educandos e a comunidade envolvida. A monitoria de PNSC nesse tipo de serviço da Saúde, no campo da Saúde Mental, possibilita um “repensar” contínuo na prática de atuação do futuro profissional nutricionista, pois embora os cursos de graduação cujo enfoque, anteriormente, era tido como sendo predominantemente técnico-biológico, por não instrumentalizar o profissional para atender as exigências de uma prática que transcendesse os limites dos problemas que pedem soluções técnicas, ou seja, voltadas para os efeitos causados em determinado grupo, na monitoria em PNCS realizada no CAPS a nutrição é vista com a própria complexidade do objeto, no que se refere a dimensão social através de soluções que remetem a reflexões teóricas em um grupo de atenção nas questões psíquicas (BOSI, 2000).

Foi observado ainda, o papel do monitor durante a transição de grupos de alunos a cada ciclo, minimizando o impacto da mudança, uma vez que a vivência em grupo permite a

existência de laço afetivo para além da responsabilidade acadêmica e isso é sentido com muita intensidade pelos usuários do serviço, então o monitor auxilia no acolhimento do novo grupo e permanece como ponte para criação de um novo vínculo e o fortalecimento deste no serviço de convivência. O fortalecimento de vínculos entre profissionais e usuários representa um acolhimento humanizado e garante a gestão eficiente dos estabelecimentos de saúde, baseada no Modelo de Atenção em Defesa da Vida (MDV), formulado na década de 90, sendo fundamentado na defesa das diretrizes básicas do Sistema Único de Saúde (SUS) (CARVALHO, CAMPOS; 2000).

Durante o ano de realização de monitoria foi possível acompanhar quatro grupos em quatro ciclos, nesses os temas gerais abordados a cada ciclo foram: 1º Produção Sustentável de Alimentos- abordando subtemas de técnicas de compostagem, plantio, reciclagem e reutilização, e ainda os compostos nutricionais de produtos da própria horta plantada por eles; 2º Cinco ao dia, para uma Alimentação Saudável - através de uma cartilha do Ministério da Saúde, utilizando as 5 cores verde, laranja, amarelo, vermelho, violeta para propiciar um maior aporte nutricional, onde cada cor era trabalhada por semana em atividades dinâmicas de dança e música; 3º Arte e Nutrição na Saúde Mental -

envolvendo diversas expressões artísticas como pintura, poesia, música, teatro e artesanato, cada expressão artística era idealizada de modo que viabilizasse um dialogar com o tema nutrição e o 4º Promoção do cuidado em saúde mental e da alimentação saudável através do jogo e do brincar - utilizando de gincanas e jogos para disseminar saberes de mundo, sentimentos e alimentação de forma divertida, esses temas requerem planejamento com olhar cuidadoso a cerca das necessidades e das manifestações de desejos dos usuários do CAPS, exercendo possibilidades para além do tema alimentação e nutrição, mostrando a importância da interdisciplinaridade para o cumprimento da integralidade da saúde, pelo seu alcance nas interações com o sujeito. Para se pensar em cuidado fundamentado no princípio da integralidade é preciso considerar o contexto dos indivíduos, a subjetividade que envolve as realidades dessas pessoas, e estabelecer um diálogo aberto para garantir o atendimento integral e de forma continuada na promoção e tratamento da saúde mental (PINHEIROS, MATTOS; 2001).

Nesse aspecto foi possível observar como as PNCS tiveram impactos positivos tanto no serviço do CAPS e como também na vivência dos usuários. Se tratando do serviço do CAPS, podemos notar que a possibilidade de

interagir e pensar com profissionais de diversas áreas (enfermagem, psicologia, condutor de oficinas, cozinheiros) melhora o nível de atendimento do serviço oferecido, dinamiza o ambiente de trabalho e facilita a sua execução, ainda mais por se tratar da realização de uma área de conhecimento não muito conhecida antigamente, mas que vem ganhando seu destaque nos últimos anos e se apresentando com significativa importância, que é a nutrição inserida no serviço de assistência social, pois a esse campo de conhecimento compete uma atuação que leve em consideração a realidade econômica, cultural, política, psicológica e social com o intuito de proporcionar qualidade de vida (RECINE; 2009). Mostrando assim, que em um espaço no qual haja necessidade de promoção, prevenção ou manutenção da saúde é um campo de relevância para a atuação do profissional da nutricionista.

Já em relação a percepção dos usuários sobre a participação na vivência de grupo do curso de nutrição por meio da disciplina de Prática de Nutrição em Saúde Coletiva é notável a satisfação que sentem em receber os alunos e os professores, sempre aguardando com grandes expectativas o dia das práticas. Essa recepção afetiva se dar pela reciprocidade da escuta ativa realizada pelo grupo de alunos no início de cada ciclo,

caracterizado pelo momento de reconhecimento do local e dos indivíduos, onde os usuários se apresentam, relatam as atividades que já foram desenvolvidas, apontam quais atividades mais gostam de fazer, se posicionam em relação ao que não gostam e ainda contribuem com sugestões de atividades para as próximas práticas, desse modo se sentem dignificados em participar da construção dos planejamentos por serem ouvidos antes seja realizada qualquer intervenção e por suas expressões serem levadas em consideração com estima, gerando neles o sentimento de acolhimento mútuo, o qual é retribuído pelos mesmos em manifestações de ternura para com todos. Isso é fundamental para a permanência dos usuários no serviço do CAPS, o qual propõem tratamento com processo terapêutico que respeita o livre-arbítrio dos indivíduos, evitando e aliviando qualquer sofrimento de cunho psicossocial. A utilização do acolhimento como ferramenta para a relação entre a equipe e a população é quem define a capacidade da solidariedade em atender as demandas dos usuários, e isso resulta em fortalecimento de vínculo e torna a atenção do cuidado em saúde mental mais humanizada (SCHIMITH, LIMA; 2004).

Subsequentemente, no decorrer do tempo de monitoria foi possível notar que durante

as realizações das práticas pode-se observar que os usuários são empoderados continuamente de saberes, de conhecimentos científicos acerca da nutrição, de conhecimentos gerais e de conhecimento dos seus direitos como cidadãos. Segundo Pontes, (2013), o poder pode ser definido como capacidade ou possibilidade de agir, e esse efeito é percebido com maior intensidade a cada período que se passa, vê-se usuários que se propõe a participar de oficinas promovidas no município, conseguem algum tipo de trabalho remunerado para realizar nas horas vagas, mantém suas relações pessoais e comportamentos sociais, manifestando suas crenças, valores e identidades.

Outro aspecto destacado nos usuários são as modificações dos seus hábitos alimentares comuns para hábitos mais saudáveis, isso implica em dizer que as práticas incentivam ao autocuidado e eleva a autoestima desses indivíduos, sendo perceptível neles o que chamamos de autonomia alimentar no que diz respeito a escolhas mais conscientes, as quais promovem saúde e a autossuficiência de colher da horta os frutos das plantas que eles mesmos ajudam a cultivar. Unindo os saberes que compõe a complexidade da autonomia social, a qual engloba a simbologia, a cultura, integração biológica e espiritual (POULAIN, POENÇA; 2003)

## CONCLUSÕES

Assim, a monitoria em PNCS se destaca como uma estratégia de enriquecimento pessoal do discente monitor, dos demais discentes matriculados, da ampliação do cuidado interdisciplinar no serviço para promoção e tratamento da saúde. De fato, se faz necessário a intensificação de iniciativas para discutir sobre o papel da nutrição como integração da atenção psicossocial dentro da própria grade curricular do curso de nutrição, que tenham abrangências teóricas e práticas na formação acadêmica.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANDRADE, F. C. B.; MOITA, F. M. G. S. C. Ensino- pesquisa-extensão: um exercício de indissociabilidade na pós-graduação. **Revista brasileira de educação**, v. 14, p. 269, maio/agost. 2009.

BOSI, M. L. M. Trabalho e subjetividade: cargas e sofrimento na prática da nutrição social. **Rev. nutr**, São Paulo. v. 13, n. 2, p. 107-115, 2000. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1415-52732000000200005](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732000000200005)> Acesso em: 29 de abr. de 2016.

BRASIL. Ministério da Saúde. Coordenação de Saúde Mental/Coordenação de Gestão da Atenção Básica. Saú- de mental e Atenção Básica: o vínculo e o diálogo necessários. Brasília: Ministério da Saúde; 2003. [Mimeo].

CARVALHO, S. R.; CAMPOS, G. W. S. Modelos de atenção à saúde: a organização de Equipes de Referência na rede básica da

Secretaria Municipal. **Cad. Saúde Pública**, v. 16, n. 2, p. 507-515, 2000.

COSTA, E.L.M.B. Depressão: consumo de antidepressivos em Portugal e na Europa. 50 f. Dissertação (mestrado). Universidade Fernando Pessoa

PINHEIRO R.; MATTOS, R.A. (org.). Os sentidos da integralidade na atenção e no cuidado à saúde. Rio de Janeiro: Instituto de Medicina Social, Universidade do Estado do Rio de Janeiro/ABRASCO; 2001. p. 26.

POULAIN, J.P.; PROENÇA, R. P.C. O espaço social alimentar: um instrumento para o estudo dos modelos alimentares. **Rev. nutr**. Campinas. v. 16, n. 3, p. 245-256, 2003. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1415-52732003000300002](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732003000300002)> Acesso em: 29 de abr. de 2016.

PONTES, V. S. **Identidade e relações de poder no discurso político presidencial**. Tese de Doutorado. Universidade de São Paulo. 2013.

RECINE, E. Políticas nacionais e o campo da Alimentação e Nutrição em Saúde Coletiva: cenário atual. Rio de Janeiro. 2009.

SCHIMITH, M. D.; LIMA, M. A. D. S. Acolhimento e vínculo em uma equipe do Programa Saúde da Família Receptiveness and links to clients in a Family Health Program team. **Cad. Saúde Pública**, v. 20, n. 6, p. 1487-1494, 2004. Disponível em: <<http://www.scielosp.org/pdf/csp/v20n6/05.pdf>> Acesso em: 29 de abr. de 2016.