

ESTÁGIO SUPERVISIONADO EM NUTRIÇÃO SOCIAL NO MUNICÍPIO DE PICOS-PI: relato de experiência

Ligianara Veloso de Moura¹
Aracele Maria de Souza²

RESUMO: Mediante a direta correlação da alimentação no processo saúde-doença-cuidado, ressalta-se a relevância da implementação de ações de alimentação e nutrição no contexto dos cuidados de saúde primários. O Estágio Supervisionado em Nutrição Social foi realizado na Atenção Básica de Saúde da cidade de Picos-PI (Unidades Básicas de Saúde, Pronto Atendimento Infantil Municipal e Centro de Atenção Psicossocial II). Este estudo teve como objetivo relatar o desenvolvimento de atividades de saúde em nível primário durante o estágio curricular. Foram desenvolvidas atividades supervisionadas pelos profissionais nutricionistas, como o acompanhamento e realização de atendimentos nutricionais, desde a aferição das medidas antropométricas até a prescrição do plano dietético e repasse de orientações, como também a elaboração de materiais educativos. Também foi possível conhecer o perfil dos usuários que utilizam a Atenção Básica através da sua caracterização, possibilitando a visualização de dados relevantes para traçar condutas direcionadas, como a prevalência de condições crônicas e hábitos alimentares. Com isso, pode-se conciliar os aprendizados obtidos ao longo da graduação com o cotidiano do exercício da realidade profissional, por meio das práticas referentes à rotina de trabalho.

Palavras-chave: Atenção Básica de Saúde. Nutrição em Saúde Pública. Educação Alimentar e Nutricional.

1 INTRODUÇÃO

A finalidade do estágio curricular supervisionado é qualificar o discente para atuar no mercado de trabalho, oportunizando o desenvolvimento de habilidades e competências inerentes e particulares de cada campo de profissão. Sendo assim, trata-se de uma prática pedagógica que permite a associação da experiência teórica alcançada ao longo do curso de graduação com a execução prática e contribui com a construção da identidade profissional do futuro egresso (MOREIRA JUNIOR; OLIVEIRA, 2019).

O estágio supervisionado em Nutrição Social tem como propósito a preparação do estagiário aos serviços de assistência primária à saúde que estejam interligados às condições alimentares e nutricionais. A importância das matérias de estágio está na familiarização do

¹ Pós-graduada em Alimentos, Saúde e Nutrição pela Faculdade Famart. E-mail: ligianarav@gmail.com.

² Professora orientadora do estudo e do artigo. Professora dos cursos de Graduação e Pós-Graduação lato sensu da Faculdade Famart, Itáuna-MG. Mestra e Doutora em Ciências.

formando com cada campo profissional, onde são supervisionados pelo nutricionista atuante e posteriormente avaliados pelo seu desempenho (TOLEDO *et al.*, 2015).

A Atenção Primária à Saúde (APS), também denominada de Atenção Básica de Saúde (ABS), diz respeito ao conjunto de ações voltadas para o sujeito ou coletivo que compreende a promoção e proteção da saúde, prevenção de agravos, diagnóstico, tratamento, reabilitação, diminuição de danos e manutenção da saúde, e é considerada como a principal forma de acesso dos usuários ao Sistema Único de Saúde (SUS) (SILVA *et al.*, 2021).

Sendo assim, a APS é uma estratégia imprescindível para o aumento da efetividade e resolutividade dos serviços, uma vez que possui notoriedade a nível mundial como forma de decrescer as iniquidades presentes no setor saúde (CARRER *et al.*, 2016). Mediante a direta correlação da alimentação no processo saúde-doença-cuidado, ressalta-se a relevância da implementação de ações de alimentação e nutrição no contexto dos cuidados de saúde primários (SPINA *et al.*, 2018).

O objetivo deste estudo é relatar o desenvolvimento de atividades de saúde em nível primário durante o estágio curricular. Trata-se de uma pesquisa descritiva, tipo relato de experiência, resultante da disciplina Estágio Supervisionado em Nutrição Social do Curso de Nutrição (UFPI/CSHNB), em Picos-PI. Os campos frequentados foram as Unidades Básicas de Saúde (UBS) dos bairros Centro, Passagem das Pedras, Ipueiras e Junco, vinculadas ao Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF), o Pronto Atendimento Infantil Municipal (PAIM) e o Centro de Atenção Psicossocial (CAPS II).

A experiência caracterizou-se pela coleta de dados dos pacientes para o diagnóstico epidemiológico e nutricional dessa população e posterior caracterização do público assistido, bem como o desenvolvimento de atividades supervisionadas pelos profissionais atuantes e elaboração de materiais informativos/educativos.

Assim, torna-se evidente a relevância do estágio curricular para que o universitário consiga ampliar as técnicas necessárias ao desempenho da profissão e considera-se que este estudo seja significativo para maior compreensão de como as vivências do estágio supervisionado durante a graduação contribuem para a formação da vida profissional do estudante.

2 DESENVOLVIMENTO

2.1 NASF

2.1.1 Caracterização do Público Atendido

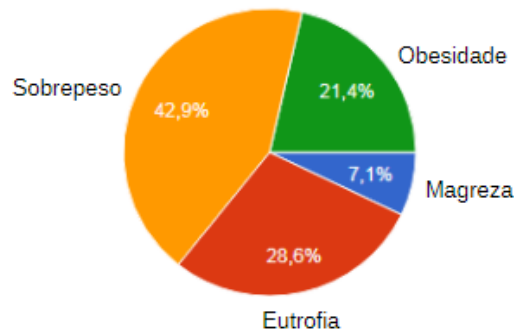
A condição de saúde da população sofre influência direta de diversos fatores, como os sociais, os ambientais e os econômicos, que estão fortemente ligados às modificações da sociedade. Dessa forma, o conhecimento e compreensão de tais elementos torna-se essencial para a busca de métodos de intervenção adequados, viabilizando a minimização dos efeitos negativos que os determinantes podem exercer sobre a saúde dos indivíduos (CARRAPATO; CORREA; GARCIA, 2017).

Durante os atendimentos nutricionais acompanhados nas UBS frequentadas, foi realizada a coleta de dados de 14 pacientes assistidos, com faixa etária entre 19 e 78 anos, onde 4 destes possuíam idade acima de 60 anos. A maioria dos indivíduos atendidos era do sexo feminino, correspondendo a um percentual de 71,4%, já os do sexo masculino atingiram percentual de 28,6%. Com relação à cor/etnia, 42,5% dos pacientes autodeclararam-se como pardos, 35,7% e 21,4% como brancos e pretos, respectivamente. Quanto à escolaridade, a maioria possuía ensino médio completo (42,9%) e a minoria não continha nenhum grau de instrução (7,1%). No que se refere à renda destinada para a compra de alimentos, foi observada uma média de 542,85 reais.

A avaliação do IMC dos participantes do formulário demonstrou que 42,9% foram classificados com sobrepeso, 28,6% como eutróficos, 21,4% com obesidade e 7,1% com magreza, como mostra a Figura 1. Ao avaliar a circunferência da cintura, 50% apresentaram-se inseridos na classificação de risco cardiovascular e 21,4% demonstraram risco muito alto, sendo que 28,6% apresentaram-se fora da faixa de risco cardiovascular. É recomendado, segundo a OMS (1998), que a circunferência da cintura não ultrapasse 88cm em mulheres, já em homens não deve ser acima de 102cm.

A manutenção do peso adequado dos indivíduos é uma preocupação hodierna, uma vez que vem sendo observado um aumento nos casos de sobrepeso e obesidade a nível mundial, tornando-se condições de caráter epidêmico. A obesidade, que apresenta como principal característica o acúmulo demasiado de gordura corporal, é considerada uma patologia crônica que aumenta o risco para o surgimento de outras doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) (PREDIGER *et al.*, 2017).

Figura 1 - Classificação do IMC do público atendido.



Fonte: autoria própria.

Entre as patologias que acometem a população assistida foi informada a presença de diabetes mellitus, hipertensão, dislipidemia e doenças cardiovasculares, além de outros agravos. Além disso, 85,7% dos indivíduos afirmaram a existência de algum tipo de doença crônica no histórico familiar. Em torno de 70% de todas as mortes do planeta são causadas por DCNT, aproximando-se de 38 milhões de mortes por ano, em que o aumento da prevalência está ligado ao uso do tabaco, sedentarismo, consumo abusivo do álcool e dietas não saudáveis (MALTA *et al.*, 2017). Com relação ao estilo de vida, todos os indivíduos relataram não serem tabagistas e 64,3% relataram não ingerir álcool e não praticar exercício físico com regularidade.

Fazem em média 4 refeições por dia, em que metade dos indivíduos costumam consumir líquido durante as refeições e metade não tem tal prática. Outro ponto avaliado foi que 57,1% afirmaram ter o hábito de beliscar alimentos durante o dia, fora as refeições principais ingeridas. Entre os alimentos preferidos estão o arroz branco, pizza, pão e refrigerante e fazem parte dos alimentos mal aceitos uma variedade de frutas, legumes e verduras. Com relação ao consumo de ultraprocessados, 57,1% não costumam consumir, 21,4% consomem de 2 a 3 vezes por semana, 14,3% consomem de 5 a 6 vezes por semana e 7,1% consomem todos os dias.

Consumir frutas, legumes e verduras regularmente atua na proteção e prevenção de doenças crônicas não transmissíveis, reduzindo o risco de mortalidade por determinados agravos cardiovasculares e cânceres. O consumo inadequado desses alimentos está diretamente relacionado a fatores como maior faixa etária, menor escolaridade e baixa renda (SOUZA *et al.*, 2019). A transição nutricional no Brasil, marcada pela diminuição do predomínio da desnutrição e do crescimento da obesidade, caracteriza-se por alterações no padrão alimentar da população, onde os alimentos com alto teor de fibras e baixo teor de

lipídio foram sendo trocados por uma alimentação contendo alto teor de gorduras saturadas e carboidratos simples, responsável por contribuir com a elevação do sobrepeso e obesidade (SOUZA, 2017).

Quanto à função intestinal, metade dos pacientes possuía funcionamento regular, enquanto a outra metade apresentava irregularidade, com grande taxa de perfil constipante (35,7%), 7,1% referiram diarreia e função intestinal variada. A constipação tem correlação com o baixo consumo de líquidos, fibras alimentares e sedentarismo (GAVANSKI; BARATTO; GATTI, 2015). Já ao serem questionados sobre a mastigação e o apetite, 57,1% apontaram percepção de mastigação rápida e 42,9% afirmaram ter apetite aumentado. A mastigação atua como um parâmetro quanto a quantidade ideal de alimentos a serem consumidos. Durante esse processo, o organismo prepara-se quimicamente para a absorção dos nutrientes até surgirem os estímulos que levam à saciedade. Assim, uma mastigação incorreta, com trituração ineficiente dos alimentos, propicia aumento do IMC devido ao baixo estímulo de apetite saciado (MENEGASSI, 2017).

2.1.2 Atividades Desenvolvidas

Os atendimentos voltados ao nutricionista nas UBS eram provenientes de demanda espontânea ou encaminhados por outros profissionais de saúde. O motivo predominante quanto à procura da consulta nutricional era o tratamento de DCNT, como diabetes mellitus, hipertensão e dislipidemias, sendo então prestada assistência ambulatorial e acompanhamento aos usuários atendidos, buscando sua reabilitação através da orientação alimentar e nutricional. Além disso, outras razões para busca do profissional nutricionista eram perda de peso, hipertrofia, reeducação alimentar e instrução em cada ciclo de vida, sendo desenvolvidas ações de promoção à saúde e prevenção de agravos através da introdução de hábitos alimentares saudáveis.

Na Atenção Básica, as ações de alimentação e nutrição mostram-se essenciais para todos os indivíduos, incluindo as gestantes, crianças, adolescentes, adultos e idosos. Dessa forma, é imprescindível a familiarização do conhecimento sobre os alimentos, assim como a realização de práticas que objetivem promover a segurança alimentar e nutricional à população (TAVARES *et al.*, 2016).

Na condução dos atendimentos ocorreu avaliação do consumo alimentar, com aplicação da ficha de marcadores, utilizada posteriormente para o preenchimento do Sistema

e-SUS da Atenção Básica, assim como os demais dados coletados na consulta. Também foi realizada a anamnese alimentar mais detalhada, buscando identificar inadequações presentes na alimentação dos pacientes, aferição das medidas antropométricas, como peso, altura, e, quando necessário, circunferência da cintura, do braço e da panturrilha. Em seguida foi realizada a prescrição do plano alimentar individualizado, com base no diagnóstico nutricional, repassadas as orientações nutricionais necessárias e realizado encaminhamento dos usuários para outro profissional habilitado, quando preciso.

O e-SUS Atenção Básica é uma estratégia difundida pelo Ministério da Saúde, através da Portaria nº 1.412, de 10 de junho de 2013, que permite o acompanhamento de cada paciente, de maneira integrada com os demais sistemas do SUS, automatizando a metodologia de trabalho e a geração da informação em saúde para os profissionais, elaborando, deste modo, uma gestão qualificada e direcionada ao cuidado (MEDEIROS *et al.*, 2017).

2.1.3 Materiais Informativos/Educativos

Durante as consultas de pré-natal realizadas na UBS Belinha Nunes, foi reservado um momento para o repasse de instruções nutricionais às gestantes atendidas. Dessa forma, o público alvo da ação desenvolvida teve a oportunidade de tirar dúvidas existentes relacionadas à alimentação e nutrição neste período específico, desmistificando mitos, além de gerar autonomia através da educação em saúde, envolvendo dicas quanto à alimentação adequada e saudável na gravidez e sua importância, assim como a relevância do ganho peso adequado e orientações nutricionais nas queixas comuns deste grupo populacional por meio de lâminas educativas, elaboradas pelos estagiários, contendo tais informações.

Através do pré-natal na Atenção Básica, as mulheres recebem assistência durante o período gestacional, sendo acompanhadas tendo em vista a evolução da gravidez e a manutenção da saúde, tanto da mãe quanto da criança, através de acompanhamento clínico e educacional, objetivando a redução da morbidade e mortalidade materna e infantil. Com isso, o aconselhamento nutricional é de suma importância para assegurar a integralidade do cuidado no decorrer da gestação, compreendendo práticas dirigidas à promoção e à proteção da saúde, bem como a prevenção, diagnóstico e tratamento de agravos. A falta de informações pertinentes e adequadas, voltadas para o ciclo da gravidez, pode ser fator causal

de um estado nutricional inadequado, influenciando o progresso de toda a gestação (SERAFIM *et al.*, 2021; LAPORTE-PINFILDI *et al.*, 2016).

2.2 PAIM

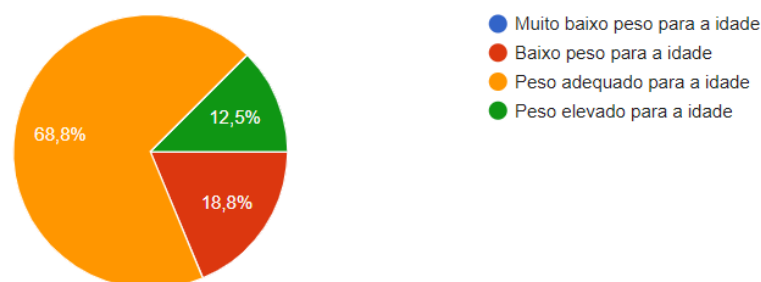
2.2.1 Caracterização do Público Atendido

Ao decorrer de várias décadas o histórico da saúde materno infantil do Brasil foi estruturado e vem recebendo terminologias diversas, além de ter passado por várias gestões. No início, tanto a mulher quanto a criança não obtinham as posições e direitos que hoje possuem mediante a garantia da sociedade e das políticas públicas (VICTORA *et al.*, 2011).

Durante os atendimentos nutricionais acompanhados no PAIM frequentadas, foi realizada a coleta de dados de 17 pacientes assistidos, com faixa etária entre 09 meses a 7 anos, onde 5 (29,4%) destes possuíam idade igual ou acima de 4 anos. A maioria dos indivíduos atendidos eram do sexo feminino, correspondendo a um percentual de 52,9%.

A coleta das informações tornou possível conhecer o peso, a altura, assim como o IMC das crianças. A partir disso, obtiveram-se os gráficos abaixo relacionando os valores de peso para idade e também da estatura para a idade, como pode ser vislumbrado na Figura 2 e Figura 3. Percebeu-se com isso, que a maioria (68,8%) das crianças analisadas tinham um peso adequado para a idade, seguido daquelas que apresentaram um baixo peso para a idade com um percentual de 18,8%.

Figura 2 - Análise representativa da relação entre peso e idade das crianças atendidas.



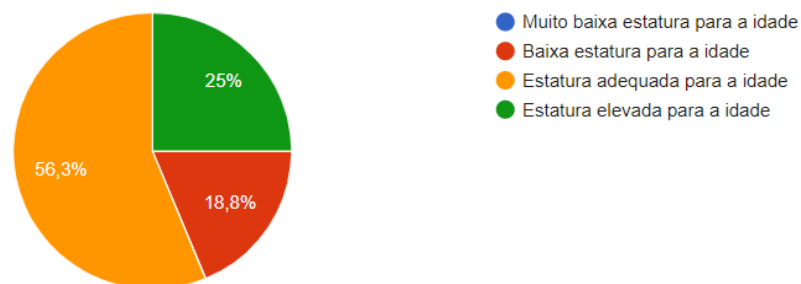
Fonte: autoria própria.

A análise permitiu inferir, ainda, que 56,3% das crianças investigadas possuíam uma estatura adequada para a idade, para além dessas, apenas 25% possuía uma altura elevada

para a idade e 18,8% tinha uma baixa estatura para a idade. Conforme demonstra o gráfico da Figura 3.

Embora não tenha sido a realidade majoritária do grupo estudado nesta pesquisa, sabe-se que a obesidade é uma realidade crescente em todo o Brasil, conforme um conjunto de estudos analisados por Jardim, Souza (2017). A análise revelou ainda que as condições de excesso de peso podem estar relacionadas as questões biopsicossociais negativas.

Figura 3 - Análise representativa da relação entre altura e idade das crianças atendidas.

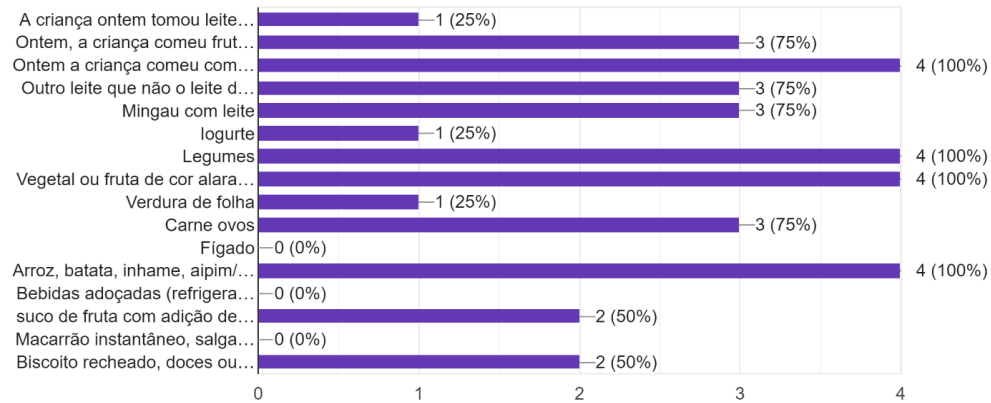


Fonte: autoria própria.

Além disso, constatou-se que três (17,6%) das crianças, que eram aquelas nos quais os responsáveis já ofertavam alimentos para além do leite materno consumiam alimentos in natura e minimamente processados e verificou-se ainda que não havia consumo de alimentos processados e ultraprocessados.

No que se refere aos marcadores de consumo alimentar, apenas uma das crianças era menor que seis meses de idade e não consumiu outro alimento que não o leite materno no dia anterior. Havia apenas quatro crianças entre 6 e 23 meses, estas consumiram no dia anterior a coleta “comida de sal (de panela, papa ou sopa”, “legumes”, “vegetal ou fruta de cor alaranjada”, “arroz, batata, inhame, aipim/macaxeira/mandioca, farinha ou macarrão”, apenas uma ainda tomara leite materno, os demais dados podem ser observados na Figura 4.

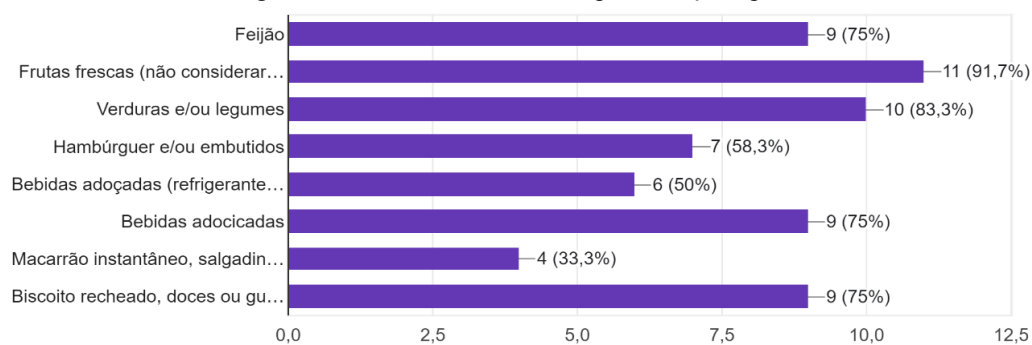
Figura 4 - Consumo de alimentos das crianças entre 6 e 23 meses.



Fonte: autoria própria.

Quanto à análise da alimentação das crianças a partir de 2 anos, das 12 que responderam, 11 (91,7%) consumiam frutas frescas e 10 (83,3%) consumiam verduras e/ou legumes. Nesse mesmo contexto, 9 (75%) consumiam bebidas adoçadas, além dos responsáveis relatarem que também consomem biscoitos recheados, doces ou guloseimas. Esse mesmo percentual (75%) foi verificado quanto ao consumo de feijão, os demais quantitativos podem ser observados na Figura 5.

Figura 5 - Consumo de alimentos por crianças a partir de dois anos de idade.



Fonte: autoria própria.

2.2.2 Atividades Desenvolvidas

Além da elaboração do formulário, com vistas para a coleta de dados dos pacientes do PAIM, acolhimento e diagnóstico nutricional desse público, além da caracterização do perfil destes, o que possibilitou o acompanhamento na triagem. Quanto aos dados obtidos, realizaram-se aferições de peso e altura, classificação do IMC e análise das curvas de crescimento infantil. Realizaram-se ainda orientações de nutrição frente às necessidades

específicas, além de terem sido elaborados dois materiais educativos, um sobre ordenha do leite materno e outro sobre o dia da criança com deficiência.

2.2.3 Materiais Informativos/Educativos

Foi observado, durante os acompanhamentos da assistência nutricional realizada no PAIM, que muitas nutrizes apresentavam dúvidas em relação à ordenha mamária, preocupadas em continuar ofertando o leite materno ao filho na sua ausência, principalmente devido ao retorno à rotina de trabalho. Com isso, foram elaborados folders informativos (Figura 6) para serem distribuídos às mães com o intuito de orientá-las quanto à ordenha do leite materno, onde foram abordados todo o passo a passo para o método de extração, além dos cuidados necessários, desde o preparo do frasco para guardar o leite até o armazenamento, aquecimento e transporte adequado, entre outras informações pertinentes, como a maneira de ofertar o leite ordenhado ao bebê.

Figura 6 - Folder informativo para as nutrizes.



Fonte: autoria própria.

O aleitamento materno está relacionado a diversos benefícios para a saúde materna e infantil, sendo indicado exclusivamente até os seis meses de idade e de forma complementar a outros alimentos até a idade de dois anos ou mais. Porém, apesar do preconizado pelas autoridades de saúde, a amamentação exclusiva ainda apresenta-se abaixo do recomendado em vários locais, mundialmente. Dentre os inúmeros fatores de desmame imaturo está o exercício profissional fora do ambiente doméstico, tendendo a introdução de mamadeiras de maneira precoce (ALMEIDA *et al.*, 2022).

Outro material desenvolvido foi uma cartilha informativa, a qual foi afixada no mural da instituição, sobre a conscientização da deficiência na infância. Buscou-se a compreensão e o respeito da sociedade em relação a esse público, através da apresentação do dia da criança com deficiência, comemorado de maneira anual no dia 9 de dezembro. Além do objetivo da data, a cartilha continha outras informações que tinham como propósito fortalecer a importância dos direitos das crianças com deficiência. O transtorno do espectro autista (TEA) está englobado no grupo das deficiências infantis, sendo que foram observadas muitas crianças diagnosticadas com autismo sendo acompanhadas pela equipe do PAIM. Com isso, ressaltar a necessidade do cuidado voltado, especialmente, para essas crianças é de suma relevância para garantir que tenham um desenvolvimento saudável.

Pessoas portadoras de deficiência apresentam impedimentos a longo prazo, sejam de caráter físico, mental, intelectual ou sensorial, os quais, somados a outros fatores, podem interferir no seu envolvimento pleno e efetivo perante a sociedade com relação às demais. Dados da Organização Mundial de Saúde (OMS) apontam que, no mínimo, 10% das crianças ao redor do mundo nascem ou desenvolvem alguma deficiência com impactos negativos à sua evolução neuropsicomotora, sendo que destas, apenas 3% das que precisam de reabilitação recebem algum tipo de serviço de saúde (BELMIRO *et al.*, 2017).

2.3 CAPS II

2.3.1 Atividades Desenvolvidas

O direito humano à alimentação é garantido entre as atribuições do CAPS através da Portaria nº 336, de 19 de fevereiro de 2002, devido à inclusão do fornecimento de refeições aos pacientes inseridos neste serviço. Não prestar tal cuidado pode levar a desfechos negativos, como o descredenciamento da instituição e seu fechamento (ALMEIDA *et al.*, 2020).

O profissional nutricionista atuante no CAPS do município de Picos-PI é o responsável pela elaboração do cardápio da instituição fornecido aos pacientes e funcionários, de acordo com os alimentos disponíveis para o preparo das refeições. Foram realizadas atividades de auxílio quanto ao planejamento dos cardápios qualitativos semanais, contando com café da manhã, lanche da manhã, almoço e lanche da tarde, através de ajustes, digitação

e repasse às funcionárias da Unidade de Alimentação e Nutrição do CAPS para posterior produção e distribuição aos comensais.

Também foi realizada a organização e controle do estoque de gêneros alimentícios da unidade, onde foram verificados os alimentos que estavam fora do prazo de validade ou próximo à data de vencimento, sendo uma das características relacionadas à qualidade dos produtos alimentares estocados, e reorganizando os alimentos estocados de forma eficiente, conforme o método primeiro que vence, primeiro que sai (PVPS). Com isso, foram retirados da despensa alguns alimentos que estavam vencidos, dentre eles o café, margarina e chá em sachê.

Além da participação proativa durante as atividades em grupo realizadas no serviço de atenção psicossocial para os pacientes, também houve o acompanhamento dos usuários à oficina terapêutica realizada por uma equipe da Universidade Federal do Piauí, onde os pacientes foram convidados a assistirem um filme no campus, intitulado “O Solista”, que retrata a história de um musicista que desenvolveu um transtorno psiquiátrico.

Dentre as ações ofertadas pelo CAPS, destacam-se as atividades grupais como uma estratégia fortemente eficiente, sendo considerada como uma das principais formas de cuidado aos pacientes. São atividades desenvolvidas em grupos e oficinas terapêuticas, além de possuírem outras formas de delineação, buscando integrar o serviço e o usuário com a família e a comunidade, através de trocas sociais (MENEZES; PEGORARO, 2019).

O cinema abordado como oficina terapêutica é um meio facilitador quanto ao desenvolvimento de habilidades sociais, considerado uma ferramenta de psicoeducação. É empregado com o intuito de melhorar a interação, familiaridade com o dia a dia, entre outros aspectos, fazendo com que haja uma reflexão positiva em termos de qualidade de vida dos pacientes (FRANCO; BARBOSA; RUCINSKI, 2019).

2.3.2 Materiais Informativos/Educativos

O nutricionista inserido na equipe do CAPS pode desenvolver ações específicas, como a promoção da saúde nutricional através da aplicação da Educação Alimentar e Nutricional, sendo uma estratégia de caráter multiprofissional, intersetorial e transdisciplinar que objetiva a propagação de hábitos alimentares saudáveis a partir de condutas problematizadoras e de métodos de aprendizagem dinâmica, a fim de gerar independência ao

público alvo, levando em consideração todos os panoramas que integram o comportamento alimentar (CAMPOS *et al.*, 2021).

Foi elaborada e conduzida uma atividade terapêutica de pintura e desenho voltada à promoção de hábitos alimentares adequados com os pacientes inseridos no CAPS. No primeiro momento, buscou-se o incentivo à alimentação saudável através da pintura de um desenho que fazia referência à proporção ideal dos alimentos (vegetais, proteínas e carboidratos) no prato para uma refeição equilibrada, favorecendo escolhas alimentares positivas à saúde. Posteriormente, foi disponibilizado um espaço em branco para que os usuários pudessem desenhar o alimento considerado como preferido para eles, tornando-se possível o entendimento das perspectivas comportamentais e afetivas relacionadas às suas práticas alimentares.

A aquisição de uma alimentação saudável requer a mudança de hábitos alimentares de forma gradual, a partir da inclusão de alimentos mais nutritivos em detrimento aos considerados como pouco saudáveis. Ao conseguir adquirir bons hábitos alimentares, o organismo responde positivamente, beneficiando-se com a redução do estresse, da ansiedade e da irritabilidade, por exemplo, além do controle do peso corporal e do humor e atenuação das deficiências nutricionais, prevenindo o aparecimento de DCNT (SANTOS *et al.*, 2018).

3 CONCLUSÃO

O relato mostrou que foi possível conciliar os aprendizados obtidos ao longo da graduação com o cotidiano da realidade profissional por meio das práticas referentes à rotina de trabalho. O acompanhamento dos atendimentos nutricionais na Atenção Primária à Saúde configura-se como uma ferramenta fundamental para compreender a importância da inserção do nutricionista no campo da Saúde Pública, tornando-se possível a visualização, compreensão e participação do discente em todas as ações desenvolvidas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALMEIDA, L. M. N. *et al.* A influência do retorno ao trabalho no aleitamento materno de trabalhadoras da enfermagem. **Escola Anna Nery**, v. 26, p. 1-10, 2022.

ALMEIDA, L. *et al.* Os sentidos da cozinha de Centros de Atenção Psicossocial e a inserção do nutricionista no cuidado em saúde mental. **Saúde em Debate**, v. 44, n. 3, p. 292-304, 2020.

BELMIRO, S. S. D. R. *et al.* Atuação da equipe de enfermagem na assistência à criança com deficiência na Atenção Primária à Saúde. **Revista de Enfermagem UFPE**, v. 11, n. 4, p. 1679-1686, 2017.

CAMPOS, M. G. S. *et al.* Atuação de discentes e profissionais de nutrição na promoção de alimentação saudável em um Centro de Atenção Psicossocial para usuários de álcool e drogas. **Interdisciplinary Journal of Health Education**, v. 6, n. 1, p. 1-9, 2021.

CARRAPATO, P.; CORREIA, P.; GARCIA, B. Determinante da saúde no Brasil: a procura da equidade na saúde. **Saúde e Sociedade**, v. 26, n. 3, p. 676-689, 2017.

CARRER, A. *et al.* Efetividade da Estratégia Saúde da Família em unidades com e sem Programa Mais Médicos em município no oeste do Paraná, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 21, n. 9, p. 2849-2860, 2016.

FRANCO, S. D.; BARBOSA, F. M.; RUCINSKI, G. E. N. Oficina de cinema como método terapêutico em um Centro de Atenção Psicossocial (CAPS). **Revista PsicoFAE: Pluralidades em Saúde Mental**, v. 8, n. 1, p. 43-56, 2019.

GAVANSKI, D. S.; BARATTO, I.; GATTI, R. R. Avaliação do hábito intestinal e ingestão de fibras alimentares em uma população de idosos. **RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 9, n. 49, p. 3-11, 2015.

JARDIM, J. B.; SOUZA, I. L. Obesidade infantil no Brasil: uma revisão integrativa. **J Manag Prim Heal Care**, v. 8, n. 1, p. 66-90, 2017.

LAPORTE-PINFILDI, A. S. C. *et al.* Atenção nutricional no pré-natal e no puerpério: percepção dos gestores da Atenção Básica à Saúde. **Rev. Nutr.**, v. 29, n. 1, p. 109-123, 2016.

MALTA, D. C. *et al.* Doenças crônicas não transmissíveis e a utilização de serviços de saúde: análise da Pesquisa Nacional de Saúde no Brasil. **Rev. Saúde Pública**, v. 51, n. 1, p. 1-10, 2017.

MEDEIROS, J. B. *et al.* O E-SUS Atenção Básica e a coleta de dados simplificada: relatos da implementação em uma Estratégia Saúde da Família. **Rev. APS**, v. 20, n. 1, p. 145-149, 2017.

MENEGASSI, B. Mastigação: reflexões e interfaces com a saúde. **Ensaio & Diálogos em Saúde Coletiva - ABRASCO**, n. 5, p. 26-29, 2017.

MENEZES, G. P; PEGORARO, R. F. Panorama das atividades grupais desenvolvidas em Centros de Atenção Psicossocial (2006–2016). **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 39, p. 1-17, 2019.

MOREIRA JUNIOR, L.; OLIVEIRA, R. C. Análise dos estágios supervisionados do curso de Nutrição de uma instituição de ensino superior de Joinville/SC à luz da legislação. **Redes**, n. 2, p. 55-66, 2019.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Obesity: preventing and managing the global epidemic**. WHO Technical Report Series, Geneva, n. 894, 1998 (Technical Report Series, n. 894).

PREDIGER, A. *et al.* Excesso de peso em adultos atendidos em uma Unidade Básica de Saúde no Município de Selbach (RS). **Revista Perspectiva**, v. 41, n. 153, p. 53-60, 2017.

SANTOS, S. B. *et al.* Alimentação saudável no âmbito da saúde mental: relato de experiência. In: CONBRACIS, 3., 2018, Campina Grande. **Anais...** Campina Grande: Realize Editora, 2018. Disponível em: <<https://editorarealize.com.br/artigo/visualizar/40688>>. Acesso em: 3 jan. 2023.

SERAFIM, A. L. C. *et al.* Orientações alimentares na assistência pré-natal: avaliação do processo em Unidades Básicas de Saúde. **Revista da Associação Brasileira de Nutrição**, v. 12, n. 2, p. 133-145, 2021.

SILVA, G. C. G. V. *et al.* Desafios da Política Nacional de Atenção Básica à Saúde. **Revista Pró-UniverSUS**, v. 12, n. 1, p. 60-65, 2021.

SOUZA, B. B. *et al.* Consumo de frutas, legumes e verduras e associação com hábitos de vida e estado nutricional: um estudo prospectivo em uma coorte de idosos. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, n. 4, p. 1463–1472, 2019.

SOUZA, E. B. Transição nutricional no Brasil: análise dos principais fatores. **Cadernos UniFOA**, v. 5, n. 13, p. 49–53, 2017.

SPINA, N. *et al.* Nutricionistas na atenção primária no município de Santos: atuação e gestão da atenção nutricional. **Demetra**, v. 13, n. 1, p. 117-134, 2018.

TAVARES, H. C. *et al.* A importância da inserção do nutricionista na Unidade Básica de Saúde: percepção dos profissionais de saúde. **Rev. e-ciênc.**, v. 4, n. 1, p. 89-98, 2016.

TOLEDO, E. C. *et al.* O estágio supervisionado do curso de Nutrição da UFJF: legislação, formação e aprimoramento. **Pesquisa e Debate em Educação**, v. 5, n. 2, p. 26-44, 2015.

VICTORA, C. *et al.* Saúde de mães e crianças no Brasil: progressos e desafios. **The Lancet**, v. 2, n. 1, p. 32-46, 2011.