

## **IDENTIFICANDO ERROS ALIMENTARES EM DEPENDENTES QUÍMICOS: UMA ESTRATÉGIA PARA AÇÕES DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL**

**Cybelle Rolim de Lima; Cynthya Eloiza da Silva; Evelin Caroline Bandeira e Silva; Gisele Barbosa de Aguiar; Kéllyda Cinnara da Silva Moura; Lara Beatriz Pereira de Andrade; Maria José da Silva Cosmo; Virgínia Souza da Silva; Stephany Ferreira Souza da Silva; Luciana Gonçalves de Orange (Orientadora)**

**Resumo:** Políticas de saúde que viabilizam o cuidado integral de usuários de álcool e outras drogas estão sendo instaladas no Brasil, já que os efeitos causados pelo consumo dessas substâncias são biopsicossociais, ou seja, envolve fatores biológicos, psicológicos e sociais. No que diz respeito aos biológicos, carências nutricionais, cirrose hepática, pancreatite alcoólica e gastrite podem ser destacados, além de ser um fator de risco para o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis como diabetes e hipertensão. Hábitos alimentares saudáveis podem minimizar os efeitos dessas drogas e contribuir para um estilo de vida mais adequado. O presente trabalho teve por objetivo avaliar os hábitos alimentares de dependentes químicos, como estratégias para implementação de oficinas de educação nutricional e alimentar. Foram realizadas quinzenalmente oficinas com duração aproximada de 90 minutos com cerca de 30 alcoolistas internos para desintoxicação em um hospital do município de Vitória de Santo Antão – PE. O conteúdo foi ministrado a partir de métodos lúdico-educativos, utilizando jogos, mini-palestras, dramatizações, brincadeiras, músicas, vídeos e rodas de discussões. A primeira oficina abordou os efeitos biopsicossociais ocasionados pelo uso abusivo de álcool, enquanto a segunda explanou os benefícios oferecidos por uma alimentação saudável e adequada para estes indivíduos. Durante a realização da última oficina, foram investigados os hábitos alimentares dos internos. Pode ser identificado neste momento alguns erros alimentares como: consumo inadequado de fibras e cálcio, ingestão de alimentos ricos em gordura saturada além de uma ingestão frequente de doces e refrigerantes. A maioria dos indivíduos avaliados fazia uso de alguns alimentos funcionais, entretanto desconheciam os seus benefícios. A partir destas observações, foram acrescentadas às oficinas, algumas informações como: as vantagens de uma alimentação balanceada, as carências nutricionais ocasionados pelo consumo abusivo do álcool, os prejuízos à saúde causados pela ingestão de alimentos com elevado valor energético, a substituição de alimentos processados e ultraprocessados por alimentos *in natura*, conforme a

orientação do “Guia alimentar para a população brasileira” (BRASIL, 2014). As intervenções foram avaliadas ao final de cada oficina, utilizando métodos lúdico-educativos, nos quais a maioria dos pacientes demonstrou que seus conhecimentos acerca da temática foram aprimorados, o que pode ser verificado através do número de acertos que superaram 80% dos questionamentos. Contudo, considera-se necessário um acompanhamento nutricional destes indivíduos pós-internamento, para averiguação de mudanças nos seus hábitos alimentares, o que pode proporcionar melhor qualidade de vida a esta população. A participação de graduandos do curso de Nutrição em um projeto de extensão que visa à reeducação alimentar de dependentes químicos é de suma importância para sua formação acadêmica, já que são abordados temas inerentes da graduação, porém com uma visão interdisciplinar e interprofissional, fazendo com que as informações antes fragmentadas, sejam unificadas. Tendo em vista que o curso de nutrição oferta estágios curriculares apenas no último ano da graduação, o aluno extensionista tem a oportunidade de utilizar seus conhecimentos teóricos e adquirir novos saberes a partir das atividades realizadas no projeto. Sendo assim, a experiência aqui relatada, possibilitou uma visão mais humanizada de indivíduos que vivem rodeados de estigmas e crenças pela sociedade, aspecto fundamental para os profissionais da saúde.

**Palavras-chave:** ciências da nutrição; drogas; hábitos alimentares

#### Referências:

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica.** – 2. ed. – Brasília : Ministério da Saúde, 2014. 156 p.

COZER, Mirian; GOUVÊA, Leda Aparecida Vanelli Nabuco. **Avaliação do estado nutricional e hábito alimentar de adolescentes frequentadores do CAPS AD de um município do oeste do Paraná;** 3º Mostra de Trabalho em Saúde Pública; 2009.

SCHRAMM, Gabriela Pata; et al. **Educação nutricional com usuários de crack em tratamento em hospital público de Santa Maria;** Disciplinary Scientia. Série: Ciências da Saúde, Santa Maria, v. 10, n. 1, p. 115-125, 2009.

RIBEIRO, Daniele do Rocio. **Situação alimentar e nutricional de pacientes em tratamento para dependência de álcool e/ou outras drogas;** Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2013.



PRADO, Mara Cristina Lofrano. **Associação entre transtornos alimentares, fatores orexígenos, anorexígenos, perinatais e neonatais em universitários**; Programa de Pós-Graduação em Nutrição do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2012.