

ATUAÇÃO DE RESIDENTE DE NUTRIÇÃO NA CONDUÇÃO DE GRUPO PARA PREVENÇÃO E CONTROLE DAS DOENÇAS CRÔNICAS NA APS – RELATO DE EXPERIÊNCIA

Obesidade; Educação alimentar e nutricional; Atenção primária à saúde; Educação em saúde

Introdução

As doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) representam importantes desafios para a Atenção Primária à Saúde, demandando estratégias que promovam o autocuidado e a participação ativa dos usuários. Nesse contexto, grupos educativos configuram-se como ferramentas capazes de favorecer a construção compartilhada de conhecimentos e o fortalecimento do cuidado em saúde. O objetivo deste trabalho é relatar a experiência de condução de um grupo de prevenção e controle de DCNT desenvolvido no contexto da residência multiprofissional em Saúde da Família.

Métodos

Trata-se de um relato de experiência realizado por residente de Nutrição em uma Unidade Básica de Saúde, entre os meses de abril e novembro de 2025. O grupo ocorreu semanalmente e contou com participação regular de aproximadamente dez usuários, majoritariamente mulheres com sobrepeso ou obesidade, incluindo pessoas com hipertensão arterial, diabetes mellitus e pré-diabetes. Nos encontros foram abordados temas relacionados à alimentação saudável, prevenção e controle das DCNT, preparo de receitas práticas para o cotidiano, roda de conversa e troca de saberes entre os participantes. Também foram realizados monitoramento periódico do peso corporal e da glicemia capilar, além de atividade interprofissional com profissional de Educação Física da equipe sobre a importância da prática de atividade física na qualidade de vida.

Resultados / Discussão

Observou-se elevada adesão dos participantes ao longo dos encontros, com formação de um núcleo regular de usuários e fortalecimento do vínculo entre comunidade e equipe de saúde. As rodas de conversa favoreceram a valorização dos conhecimentos prévios dos participantes, estimulando a troca de experiências e a construção coletiva de saberes e estratégias para o autocuidado. Com o acompanhamento periódico do peso corporal e da glicemia capilar, identificaram-se mudanças positivas nos hábitos alimentares e maior engajamento em práticas de autocuidado. Destaca-se o caso de uma participante com pré-diabetes que apresentou normalização dos parâmetros glicêmicos durante o período de acompanhamento. Os desafios coletivos relacionados à perda de peso contribuíram para o estímulo mútuo entre os integrantes e para o fortalecimento da corresponsabilização no processo de cuidado. A atuação interprofissional com a Educação Física ampliou a compreensão dos participantes acerca da importância da atividade física na prevenção e no controle das doenças crônicas não transmissíveis.

Considerações Finais

A experiência evidenciou o potencial dos grupos educativos como estratégia de promoção da saúde e apoio ao manejo da obesidade e das DCNT na Atenção Primária. Além de favorecer a educação alimentar e nutricional, a iniciativa fortaleceu o vínculo entre usuários e serviço de saúde, estimulando mudanças de hábitos e a participação ativa no cuidado. Ademais, a experiência contribuiu para a formação da residente em Nutrição, fortalecendo competências relacionadas à educação em saúde, trabalho em grupo e atuação interprofissional no contexto do SUS.

Referência Bibliográfica

BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Atenção Básica. Portaria nº 2.436, de 21 de setembro de 2017. Brasília: Ministério da Saúde, 2017. BRASIL. Ministério da Saúde. Plano de ações estratégicas para o enfrentamento das doenças crônicas e agravos não transmissíveis no Brasil 2021–2030. Brasília: Ministério da Saúde, 2021. BRASIL. Ministério da Saúde. Guia Alimentar para a População Brasileira. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014. FREIRE, Paulo. Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa. 69. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2021.