

AÇÕES DE EDUCAÇÃO NUTRICIONAL NO ÂMBITO DA SAÚDE MENTAL EM UM CENTRO DE ATENÇÃO PSICOSSOCIAL (CAPS) DA FRONTEIRA OESTE DO RIO GRANDE DO SUL

Mariana Saucedo¹

Rui Carlos Gomes Dorneles²

Karina Zubiaurre Pereira Spagnol³

Pablo Lourenço⁴

Lidiele Roque Bueno⁵

Karina Sanches Machado D Almeida⁶

Resumo:

O Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) é um serviço de saúde que representa uma reorientação do modelo de atenção em saúde mental, substitutivo às internações em hospitais psiquiátricos. As atividades envolvendo educação em saúde fazem parte do leque de possibilidades ofertadas por meio de oficinas terapêuticas no CAPS. O profissional nutricionista possui um papel importante dentro do CAPS e sua atuação deve ser realizada de forma efetiva sempre com o intuito de promover hábitos saudáveis por meio da Educação Nutricional (EN), visando o bem-estar do usuário. Visando a necessidade de atividades terapêuticas que envolvessem saúde e alimentação dentro do CAPS, o grupo de Educação e Saúde foi proposto com o intuito de abordar esses assuntos de forma dinâmica e multiprofissional. O presente estudo foi realizado em um Centro de Atenção Psicossocial (CAPS II), localizado na Fronteira Oeste do Rio Grande do Sul, no período de junho a agosto de 2017. As práticas foram realizadas na oficina terapêutica intitulada como "Educação e Saúde", e participaram das atividades em torno de 15 usuários por encontro, de ambos os sexos. Os participantes demonstraram maior interesse nas atividades que envolviam jogos de perguntas e respostas e com desenhos e pinturas, e todas as produções foram registradas em fotografias que serão expostas no CAPS. Durante as atividades, os usuários interagem entre si e com os profissionais e eram estimulados a compartilhar suas próprias experiências. O grupo também se tornou um ambiente que possibilitou explorar temas além da alimentação e nutrição, mostrando a importância do trabalho multiprofissional para o cumprimento da integralidade na saúde, principalmente para essa população que possui carências psicológicas, físicas e sociais. O grupo de Educação e Saúde pode ser considerado um mecanismo importante no cotidiano do CAPS, proporcionando um espaço para a prática de educação nutricional associada a atuação multidisciplinar. Dessa maneira, promove a realização integral do cuidado com o usuário e também o favorecimento de um ambiente onde possa ser realizado o fortalecimento de vínculos entre usuários e dos mesmos com os profissionais envolvidos, fortalecendo, ainda, o olhar humanizado que o profissional deve ter com o usuário durante sua reabilitação e tratamento.

Palavras-chave: nutrição; saúde mental; intervenção

Modalidade de Participação: Pesquisador

AÇÕES DE EDUCAÇÃO NUTRICIONAL NO ÂMBITO DA SAÚDE MENTAL EM UM CENTRO DE ATENÇÃO PSICOSSOCIAL (CAPS) DA FRONTEIRA OESTE DO RIO GRANDE DO SUL

¹ Aluno de pós-graduação. saucedamariana@gmail.com. Autor principal

² Aluno de pós-graduação. ruidorneles7@gmail.com. Co-autor

³ Outro. nutricionistacaps@gmail.com. Co-autor

⁴ Outro. pabloulourenco61@gmail.com. Co-autor

⁵ Aluno de pós-graduação. lidielebueno89@gmail.com. Co-autor

⁶ Docente. karinasmdalmeida@gmail.com. Co-orientador



AÇÕES DE EDUCAÇÃO NUTRICIONAL NO ÂMBITO DA SAÚDE MENTAL EM UM CENTRO DE ATENÇÃO PSICOSSOCIAL (CAPS) DA FRONTEIRA OESTE DO RIO GRANDE DO SUL

1. INTRODUÇÃO

O Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) é um serviço de saúde que representa uma reorientação do modelo de atenção em saúde mental, substitutivo às internações em hospitais psiquiátricos (NORONHA et al., 2016). O CAPS pode ser considerado como o lugar de referência para a reabilitação psicossocial de pessoas que sofrem com transtornos mentais graves e persistentes. Neste local é realizado o acompanhamento clínico dos usuários promovendo autonomia e a reinserção social por meio do acesso ao lazer, trabalho, exercício de seus direitos como cidadão e estimulando o fortalecimento dos laços familiares e comunitários (BRASIL, 2004).

As oficinas terapêuticas foram criadas no âmbito da Reforma Psiquiátrica, com o objetivo de proporcionar o desenvolvimento de atividades individuais e coletivas que promovam potencialidades dos usuários. Além disso, esse espaço terapêutico deve ser encarado como um ambiente facilitador, acolhedor e estruturado, de modalidade diferenciada com mediação de diálogo e atuação diversificada da equipe multiprofissional (ZANELLA, 2001; BRASIL, 2004; PINHO et al., 2013). Desta forma, as práticas do modelo biomédico estão sendo substituídas por atividades terapêuticas diversificadas que transcendem o cuidado clínico médico, proporcionando o cuidado do usuário de forma integral, com foco nas suas demandas biopsicosocioculturais.

As atividades envolvendo educação em saúde fazem parte do leque de possibilidades ofertadas por meio de oficinas terapêuticas no CAPS. Essas práticas coletivas favorecem o senso crítico do usuário, pelo fato de possibilitar discussões que promovam olhares diferenciados para problemas em comum e também incentivam o aprimoramento de habilidades motoras que podem aumentar a satisfação pessoal, auto estima e conseqüentemente a diminuição da manifestação sintomática relacionada aos transtornos mentais (SILVA & LUSSI, 2010).

O profissional nutricionista possui um papel importante dentro do CAPS e sua atuação deve ser realizada de forma efetiva sempre com o intuito de promover hábitos saudáveis por meio da Educação Nutricional (EN), visando o bem-estar do usuário (KACHANI & KOTAIT, 2011). As intervenções relacionadas com a saúde mental devem promover novas possibilidades para que haja o desenvolvimento de condições e modos de vida que sejam regidos para a produção de vida e de saúde e não apenas a cura de doenças (BRASIL, 2013). Visando a necessidade de atividades terapêuticas que envolvessem saúde e alimentação dentro do CAPS, o grupo de Educação e Saúde foi proposto com o intuito de abordar esses assuntos de forma dinâmica e multiprofissional.

2. METODOLOGIA

O presente estudo foi realizado em um Centro de Atenção Psicossocial (CAPS II), localizado na Fronteira Oeste do Rio Grande do Sul, no período de junho a agosto de 2017.

As práticas foram realizadas na oficina terapêutica intitulada como “Educação e Saúde”, e participaram das atividades em torno de 15 usuários por encontro, de ambos os sexos. Os encontros aconteciam semanalmente e tinham duração média de 60 minutos. Os assuntos e as atividades desenvolvidas eram planejados de acordo com a necessidade do serviço e preferências dos usuários. As ações contavam com a presença de duas Nutricionistas, dois professores de Educação Física, um Técnico de Enfermagem e dois Agentes Sociais.

As atividades abordadas envolviam os temas: alimentação saudável, hábitos alimentares, conhecendo as frutas e verduras, a importância do consumo de alimentos naturais, alimentos industrializados, diferenças de alimentos *light* e *diet*, Diabetes Mellitus (DM) do tipo 1 e 2, Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS), gordura saturada e insaturada, colesterol, hipotireoidismo e hipertireoidismo, obesidade, pirâmide dos alimentos e grupos alimentares.

Os encontros eram compostos por dois momentos: primeiro as nutricionistas falavam sobre o tema e posteriormente acontecia uma discussão do tema com os usuários e os demais profissionais presentes, no segundo momento era proposto aos usuários atividades de fixação do tema como jogos de perguntas e respostas, caça-palavras, cruzadinhas, pintura e desenhos. Geralmente as atividades eram realizadas no refeitório do CAPS, que possui cadeiras e mesas. Após a atividade os usuários expressavam sua opinião sobre a atividade desenvolvida e sobre os temas de preferência para os encontros futuros.

3. RESULTADOS e DISCUSSÃO

Os participantes demonstraram maior interesse nas atividades que envolviam jogos de perguntas e respostas e com desenhos e pinturas, e todas as produções foram registradas em fotografias que serão expostas no CAPS. Durante as atividades, os usuários interagiam entre si e com os profissionais e eram estimulados a compartilhar suas próprias experiências. O grupo também se tornou um ambiente que possibilitou explorar temas além da alimentação e nutrição, mostrando a importância do trabalho multiprofissional para o cumprimento da integralidade na saúde, principalmente para essa população que possui carências psicológicas, físicas e sociais.

Segundo Benevides et al., (2010), as oficinas terapêuticas são ferramentas fundamentais no cuidado em saúde mental que proporcionam aos usuários a expressão de suas emoções e dificuldades vivenciadas. Durante as atividades, os usuários eram incentivados a relatar: como era a alimentação na sua casa, se consumiam frutas e/ou verduras, como eram feitas as compras, e quem era o responsável por preparar as refeições. Com base nesses relatos, foi possível perceber a realidade alimentar dos participantes e suas fragilidades. Alguns usuários relataram desconhecer certos alimentos e seus benefícios e, por esse motivo, as primeiras atividades foram voltadas à alimentação saudável e grupos alimentares. Segundo Poulain e Proença (2003), as práticas incentivam nas modificações de hábitos alimentares comuns para hábitos mais saudáveis, promovendo o autocuidado e aumento da auto estima desses usuários, gerando autonomia alimentar, onde as escolhas alimentares tornam-se mais conscientes.

Foi possível perceber o impacto positivo das atividades do grupo devido aos relatos dos participantes em relação as suas mudanças de hábitos alimentares, como o aumento no consumo de água, frutas e saladas, diminuição do consumo de alimentos industrializados e lanches não saudáveis, além disso, a inserção na alimentação de alimentos antes não consumidos como alguns tipos de verduras e sucos naturais.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O grupo de Educação e Saúde pode ser considerado um mecanismo importante no cotidiano do CAPS, proporcionando um espaço para a prática de educação nutricional associada a atuação multidisciplinar. Dessa maneira, promove a realização integral do cuidado com o usuário e também o favorecimento de um ambiente onde possa ser realizado o fortalecimento de vínculos entre usuários e dos mesmos com os profissionais envolvidos, fortalecendo, ainda, o olhar humanizado que o profissional deve ter com o usuário durante sua reabilitação e tratamento.

Pode-se perceber também que houve uma construção de ações dentro do grupo que respeitavam as particularidades de cada usuário, em que as atividades propostas foram sendo aperfeiçoadas conforme sugestões dos próprios participantes.

Também é importante ressaltar que atividades envolvendo o incentivo à alimentação saudável são consideradas um instrumento fundamental para a recuperação e manutenção de hábitos alimentares saudáveis, atuando na prevenção de doenças e na melhoria das condições de saúde e qualidade de vida dos usuários do CAPS. De fato, se faz necessário a intensificação de iniciativas que abordem a saúde, alimentação e bem-estar do usuário em outros grupos terapêuticos dentro do CAPS.

5. REFERÊNCIAS

BENEVIDES, D.; PINTO, A. G. A.; CAVALCANTE, C. M.; JORGE, M. Salete B. Cuidado em saúde mental por meio de grupos terapêuticos de um hospital-dia: perspectivas dos trabalhadores de saúde. Interface comunicação saúde educação, v. 14, n. 32, p. 127-138, 2010.

NORONHA A. A.; FOLLE D.; GUIMARÃES A. N.; BRUM M. L. B.; SCHNEIDER J. F.; MOTTA M. G. C. Percepções de familiares de adolescentes sobre oficinas terapêuticas em um centro de atenção psicossocial infantil. Revista Gaúcha Enfermagem, v. 37, n. 4, 2016.

PINHO L. B.; KANTORSKI L. P.; WETZEL C.; SCHWARTZ E.; LANGE C.; ZILLMER J. C. V. Atividades terapêuticas: compreensão de familiares e profissionais de um centro de atenção psicossocial. Escola Anna Nery, v. 17, n. 3, p. 534-41, 2013.

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Saúde mental no SUS: os centros de atenção psicossocial / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. – Brasília: Ministério da Saúde, 2004.

SILVA, M.D.P.; LUSSI, I.A.O. Geração de renda e saúde mental: O cenário do município de São Carlos. Cadernos de Terapia Ocupacional da UFSCar, v. 18, n. 1, p. 35-48, 2010.

KACHANI, A.T.; KOTAIT, M.S. Nutrição em psiquiatria. Nestlébio nutrição e saúde. ano 5, n.15, p. 25-29, 2011.

POULAIN, J.P.; PROENÇA, R. P.C. O espaço social alimentar: um instrumento para o estudo dos modelos alimentares. Revista nutrição Campinas, v. 16, n. 3, p. 245-256, 2003.

ZANELLA, A.V. Vygotsky: contribuições à psicologia e o conceito de zona de desenvolvimento proximal. Itajaí (SC): Editora UNIVALI; 2001.