



## PÔSTER

### *Cuidado individual, familiar e comunitário*

#### **Diz-me com quem andas e te direi o que comes**

Viviane Xavier de Lima. Residência de Medicina de Família e Comunidade (RMFC-UFPE).  
vivianexavier09@gmail.com  
Erika Siqueira da Silva. Residência de Medicina de Família e Comunidade (RMFC-UFPE).  
siqerika@hotmail.com

**Introdução:** No tratamento das doenças crônicas acompanhadas na Estratégia Saúde da Família se inclui mudanças no estilo de vida, entre elas a modificação do padrão dietético. Muitas vezes, o alimento danoso representa memória afetiva valiosa ao indivíduo, dificultando a substituição por alimentos associados a “comida de dieta”. Porém, novos significados podem ser criados, a partir de vivências coletivas.

**Objetivos:** Esta experiência objetivou oportunizar, ao portador de doenças crônicas, a ressignificação do alimento, criando memória afetiva agradável, relacionada a “comida de dieta”. Ademais, a equipe de saúde da família teve a oportunidade de melhorar o padrão dietético, conseqüentemente, seu auto-cuidado.

**Metodologia ou Descrição da Experiência:** A partir de atendimentos médicos individuais na Unidade de Saúde da Família, foram identificados usuários portadores de doenças crônicas com dificuldade de adequação dietética. Estes usuários foram convidados a participar das oficinas de alimentação saudável, na própria Unidade de Saúde da Família. As oficinas têm periodicidade mensal e nelas profissionais e usuários preparam alimentos saudáveis e saborosos, num clima lúdico. Durante o processo, informalmente, são debatidos os mais diversos aspectos da alimentação saudável, desde sua composição, até a propaganda de alimentos, a influência do poder aquisitivo no padrão alimentar, as dificuldades em mudar a alimentação e como superá-las.

**Resultados:** Os usuários avaliam como muito positiva a participação e tem se tornado sujeitos ativos, sugerindo temas e receitas. Afirmam ser mais fácil mudar a alimentação a partir das oficinas. A equipe percebe que seu vínculo com os usuários participantes se estreitou bastante. Como dificuldade, mantém-se o custeio dos insumos para as oficinas, que tem sido rateado entre os trabalhadores.

**Conclusão ou Hipóteses:** É possível ressignificar a alimentação saudável de uma forma lúdica para pacientes portadores de doenças crônicas que exijam modificação dietética. Os trabalhadores envolvidos na ação são beneficiados no seu próprio auto-cuidado e na maior proximidade com os usuários, o que reduz a possibilidade de tensões.

**Palavras-chave:** Hábitos Alimentares. Medicina de Família e Comunidade.