



Palavras-chave: Promoção da saúde. Educação alimentar e nutricional. Saúde digital. Covid-19.

Introdução/Objetivo:

Desde 1999 o CECOM oferece à comunidade da Unicamp atividade em grupo de educação alimentar e nutricional, atendendo à sua missão de desenvolver ações de promoção de saúde e de prevenção de doenças. A partir de 2018 a atividade passou a ser nomeada NutriAção, e consolidou o seu caráter dialógico com reflexão sobre possibilidades/desafios envolvidos na mudança dos hábitos alimentares. Em março de 2020 a pandemia de covid-19 impôs a suspensão do NutriAção presencial, demandando sua reformulação para oferta na modalidade virtual. Essa reformulação permitiu a realização de vários grupos virtuais a partir do segundo semestre de 2020, mantendo-se até os dias atuais. O objetivo desse trabalho é apresentar a reformulação do NutriAção e a sua execução na modalidade virtual.

Metodologia:

Modificações na divulgação, inscrição, formato e conteúdo do NutriAção viabilizaram a versão digital. A divulgação foi ampliada por canais virtuais da Instituição (e-mail, site) e foi criado um folder de divulgação. As inscrições, antes realizadas no Serviço de Atendimento ao Usuário, passaram a ocorrer por meio de Google Forms. O grupo, anteriormente presencial e composto por 4 encontros de 2 h, sofreu redução para 2 encontros de 1 h, adaptando-se ao formato digital. Foi mantida a composição de profissionais (nutricionista e psicóloga) e a linha teórico conceitual, com informações promotoras de práticas alimentares saudáveis e abordagem dos aspectos emocionais envolvidos. A “demonstração de alimentos” foi substituída por imagens digitais, e foi criada avaliação on-line via Google Forms.

Resultados:

Foram oferecidas cerca de 2000 vagas e feitos 1397 atendimentos, revelando-se a efetividade da divulgação e o interesse da comunidade. As inscrições via Google Forms funcionaram, mas demandaram monitoramento e atendimento de dúvidas dos usuários com menor habilidade digital. O formato favoreceu as interações. A condução compartilhada entre nutricionista e psicóloga resultou em um enriquecimento das discussões. Observou-se bom aproveitamento das informações e reflexões como revelam as respostas à avaliação: 100% de “sim” para “Os encontros estimularam você a ter uma alimentação adequada e saudável?” e “Os encontros ajudaram você a refletir sobre as suas dificuldades em mudar o hábito alimentar?”; 80% de “sim” para “Os encontros proporcionaram para você novos conhecimentos e saberes sobre alimentação saudável?” e “Você achou interessante o modelo do grupo?”; 86,7% de “sim” para “Você se sentiu à vontade e estimulado em participar das conversas?”. Comentários corroboram a análise: “Os encontros foram objetivos e chamaram a atenção para questões importantes que necessitam serem enfrentadas.”/ “Os encontros foram muito importantes em me fazer refletir sobre a minha alimentação, principalmente quanto à escolha e diversidade do que e como eu componho meu prato.”

Conclusão:

As reformulações do NutriAção foram efetivas, possibilitando-se a oferta do grupo na modalidade virtual. A alta demanda por inscrições revelou o expressivo interesse da comunidade por essa ação de promoção de saúde, justificando a sua continuidade mesmo cessada a pandemia. O aprimoramento das habilidades com tecnologias digitais pelos profissionais e participantes do grupo podem favorecer o desempenho do NutriAção on-line.

logo **NutriAção**



foto ilustrativa - refeição balanceada

Referências: BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira. 2ed. Brasília, 2014.

Agradecimentos: Agradecemos as orientações da Dra. Tâmara Maria Nieri - Coord. da Assistência Médica; o apoio de toda Coordenadoria, representada pela Coord. Rôse Clélia G. Trevisane; e o apoio na divulgação da Ass. Rosemeire Ap. Junior Ferreira.