7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA
07 a 09 de setembro de 2016

ATENÇÃO PREVENTIVA E EDUCATIVA EM NUTRIÇÃO EM UM GRUPO DE TERCEIRA IDADE NO MUNICÍPIO DE GOVERNADOR VALADARES-MG

AUTORES: Thainá Richelli Oliveira Resende (Autor), Ana Carolina Veríssimo (Autor), Lídia Arruda Maduro (Autor), Fabielli Menezes Braga (Autor), Heliakym de Almeida Ferreira (Autor), Lorene Gonçalves Coelho (Colaborador), Nizia Araújo Vieira Almeida (Colaborador), Maria Cristina de Albuquerque (Co-Orientador), Clarice Lima Alvares da Silva (Orientador)

PALAVRAS-CHAVE: idosos, estado nutricional, educação nutricional.

RESUMO:
Introdução: O aumento da população idosa no país gera implicações sociais e de saúde pública, sendo um importante desafio para a sociedade. O processo de envelhecimento traz consigo alterações que influenciam a alimentação e, consequentemente, o estado nutricional. Objetivo: Apresentar as ações de educação nutricional desenvolvidas pelo Núcleo de Estudo da Pessoa Idosa (NEPI) em um grupo da terceira idade de Governador Valadares-MG. Método de Ação: O NEPI é um grupo interdisciplinar de pesquisa e extensão que desenvolve ações para a melhoria nas condições de vida e atendimento humanizado ao idoso. O projeto ocorre em parceria com Serviço Social do Comércio (SESC) e atendeu 108 idosos (≥ 60 anos) no ano de 2014. Resultados: Realizou-se inicialmente o diagnóstico do estado nutricional do idoso por meio do índice de massa corporal, circunferência da cintura e panturrilha, bem como aplicação de questionário de frequência de consumo alimentar, onde foi detectado que mais de 70% dos idosos apresentou ao menos uma alteração do estado nutricional, entre desvios de peso, excesso de gordura corporal ou perda de massa muscular, além de inadequações dos hábitos alimentares. A partir deste diagnóstico, foram desenvolvidas atividades educativas como palestras (cuidados nutricionais e doenças crônicas, controle do peso, escolha dos alimentos), workshops (leitura de rótulos de alimentos, diferença diet e light) e oficinas de culinária (preparo de alimentos com redução de açúcar, sódio e gordura; aproveitamento total de alimentos) para os idosos. Conclusão: As ações desenvolvidas buscam melhorias em relação ao cuidado nutricional desses idosos no município, capacitando-os para o autocuidado e maior conhecimento sobre alimentação saudável e adequada, a fim de que possam realizar suas escolhas alimentares de forma consciente e autônoma e oferendo subsídios para o desenvolvimento individual na construção de hábitos alimentares saudáveis. FOMENTO: UFJF, MEC, FAPEMIG (APQ 00133-14).

Instituição de Ensino: Universidade Federal Juiz de Fora

ISBN: 978-85-93416-00-2