

## RELATO DE EXPERIÊNCIA

# CONSULTA COLETIVA SAÚDE NO PRATO: UMA (ENTRE OUTRAS) POSSIBILIDADE DE FORMAÇÃO/ASSISTÊNCIA NO CONTEXTO DA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE

Collective assistance Saúde no Prato: one (among others) possibilities of education/assistance in Primary Health Care context

Sara Brunetto<sup>1</sup>, Tanara Vogel<sup>2</sup>, Circe Maria Jandrey<sup>3</sup>, Mariana da Silva Bauer<sup>4</sup>, Lena Azeredo de Lima<sup>5</sup>

### RESUMO

Relatar a construção de uma experiência de formação/assistência no contexto da Atenção Primária em Saúde contemporânea é a proposta desse trabalho. “Saúde no Prato” é uma modalidade coletiva de acompanhamento nutricional, com atuação interdisciplinar. Seu público alvo é composto por usuários de uma Unidade de Saúde adultos e idosos que necessitam de orientações sobre alimentação saudável. A experiência nessa modalidade de atendimento embasou a construção de um livro, o qual constitui um artefato pedagógico a ser utilizado futuramente em ações educativas. O relato tem o propósito de divulgar essa modalidade de atendimento, estimular a construção de novas propostas de trabalho em saúde que lancem mão de tecnologias leves e ação interdisciplinar, embasadas nos conceitos da Atenção Primária à Saúde.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atenção Primária à Saúde; Educação Alimentar e Nutricional; Promoção da Saúde; Relações Interprofissionais.

### APRESENTAÇÃO

Relatar a construção de uma experiência de formação/assistência no contexto da Atenção Primária em Saúde contemporânea é a proposta desse trabalho. O Programa de Residência Integrada em Saúde do Grupo Hospitalar

### ABSTRACT

The objective of this article is to describe the construction of an educational/assistance experience in the contemporary Primary Health Care context. We worked with an intervention called “Saúde no Prato”, defined as a collective and interdisciplinary modality of nutritional treatment. The goal of this intervention is to work in a Health Unit environment with adult and elderly patients who need guidance on healthy nutrition. The experience in this assistance modality was the basis for assembling a book, constituting a teaching device to be used in future educational activities. The report intends to describe this assistance modality and stimulate the framing of new proposals for health intervention projects that make use of soft technology and interprofessional actions, based on Primary Health Care concepts.

**KEY WORDS:** Primary Health Care; Food and Nutrition Education; Health Promotion; Interprofessional Relations.

Conceição (RIS/GHC) constitui-se em processo de formação em serviço para profissionais egressos de diferentes graduações<sup>1</sup> e uma de suas quatro ênfases é Saúde da Família e Comunidade (SFC). Implementada no Serviço de Saúde Comunitária (SSC/GHC), essa ênfase congrega, entre outros, os núcleos de Nutrição e Odontologia.

<sup>1</sup> Sara Brunetto, Nutricionista Residente em Saúde da Família e Comunidade. E-mail: sarabrunetto@gmail.com

<sup>2</sup> Tanara Vogel, Nutricionista Residente em saúde da família e comunidade.

<sup>3</sup> Circe Maria Jandrey, Cirurgiã-Dentista, Mestre em saúde coletiva.

<sup>4</sup> Mariana da Silva Bauer, Nutricionista com Especialização em saúde da família e comunidade.

<sup>5</sup> Lena Azeredo de Lima, Nutricionista com Especialização em Nutrição Clínica e Dietoterapia

Imbricadas ao cotidiano do SSC, encontramos práticas de assistência/ensino que buscam articulações a partir da perspectiva da integralidade na atenção em saúde. Apresentamos a trajetória de produção da modalidade coletiva de acompanhamento nutricional “Saúde no Prato”, compreendida como estratégia do Núcleo de Nutrição para Consulta Coletiva realizada em uma Unidade Básica de Saúde do município de Porto Alegre/RS, e buscamos refletir sobre essa experiência desde a perspectiva de suas possibilidades como materialização de interdisciplinaridade, tomada aqui como um dos pressupostos para integralidade na atenção.

### **VIRANDO A MESA...**

Ainda que durante séculos tenha sido colocado muito empenho para o convencimento de que não se tinha corpo, contemporaneamente, somos instados a percebê-lo como central em nossas existências e afetos.<sup>2</sup> As práticas higiênicas, dietéticas e terapêuticas com que o cercamos apontam que o processo de responsabilização dos indivíduos pelos seus corpos, a partir de estratégias de autorregulação que também contemplam questões alimentares, tem sido constante.<sup>3</sup>

Nesse contexto e no espaço proporcionado por produções de educação e saúde efetivadas em práticas de assistência/ensino em serviço<sup>4</sup>, iniciou, em 2003, na Unidade de Saúde Jardim Leopoldina (USJL), integrante do SSC/GHC, a modalidade terapêutica coletiva “Virando a Mesa”. Dirigida àqueles que buscavam emagrecimento, eram discutidos, em grupo e mediados por profissionais da equipe de trabalho, métodos para perda de peso, motivação para alcançá-la e alimentação saudável; em 2007, com a inserção do núcleo de Nutrição no Programa de Residência Multiprofissional em Saúde, houve mudanças nessa prática assistencial. Já em 2008, foi introduzido, à semelhança de um “piloto”, o primeiro esboço para consulta coletiva, posteriormente denominada “Saúde no Prato”, com participação de outros profissionais da equipe. Durante o ano de 2009, o formato “Saúde no Prato” passou a contemplar, simultaneamente, as duas modalidades, dirigindo-se não apenas aos desejosos de emagrecimento, mas também aos diabéticos, hipertensos, dislipidêmicos, àqueles com problemas de saúde bucal, sem esquecer, ainda, o olhar sobre os que buscam alimentação saudável.<sup>4</sup> Ampliou sua intencionalidade ao propor acompanhamento nutricional através do diagnóstico nutricional, educação alimentar e nutricional e orientação adequada às necessidades individuais para além das questões de emagrecimento.

### **CONSULTA COLETIVA “SAÚDE NO PRATO”**

Uma breve revisão da literatura sugere ausência de consensos a respeito da compreensão de consulta coletiva. Na USJL, a consulta coletiva de Nutrição é proposta como um grupo composto por momentos coletivos de educação em saúde e por momentos de orientação nutricional individual, nos quais se encontram profissionais de saúde e usuários.

O “Saúde no Prato” tem como objetivo promover Educação Alimentar e Nutricional para o público adulto e idoso, por meio da construção de conhecimento coletivo e da troca de experiências, assim como estimular mudança de hábitos.

Em edições mensais, a consulta coletiva é composta por três encontros semanais aos quais seguem grupos mensais de acompanhamento. Os encontros são realizados na sala de grupos da USJL, com duração de 90 minutos, e coordenados pelos nutricionistas residentes e pela odontóloga, com a participação de estagiários dos cursos de nutrição, psicologia e odontologia. Os participantes são recepcionados com a explicação da modalidade de atendimento e a apresentação entre todos, ocasião em que cada usuário explicita qual a sua situação de saúde e o que o motivou a ingressar nos encontros.

A antropometria, realizada no primeiro e terceiro encontros, assim como nos momentos posteriores de acompanhamento, contempla mensuração de peso, altura e circunferência abdominal, com registro dos dados em prontuário e no material entregue para o participante, de modo que profissionais e usuários possam avaliar o histórico de peso e medidas ao longo do acompanhamento. No material entregue, constam, também, cálculo e critérios de classificação do Índice de Massa Corporal de adulto e idoso<sup>6</sup>, além da descrição dos Dez Passos da Alimentação Saudável, baseados no Guia Alimentar para a População Brasileira, do Ministério da Saúde.<sup>5-8</sup>

Construídos e adaptados ao longo do tempo, os instrumentos utilizados para avaliar, individualmente, os hábitos alimentares são o registro alimentar de um dia e o questionário de frequência alimentar, o qual, por sua vez, aborda os quantitativos de sal, óleo, açúcar adicionado e água consumidos, além da realização de exercícios físicos. Ao final do primeiro encontro, são fornecidas orientações e explicações detalhadas para o preenchimento desses instrumentos, e os mesmos são revisados no segundo encontro em conjunto com o usuário, considerando as dúvidas ou dificuldades no preenchimento do material.

As orientações individuais são produzidas pelos profissionais da nutrição, entre o segundo e terceiro encontros. À

avaliação dos questionários de frequência alimentar, registro alimentar de 24h e dados antropométricos, somam-se a revisão dos prontuários, obtendo-se dados quanto ao histórico de saúde individual e familiar, resultados de exames e medicamentos em uso. A individualização das orientações nutricionais, entregues no terceiro encontro, constitui um estímulo à inserção de hábitos saudáveis e mudanças que possam ser mantidas em longo prazo.

Principal tema de todos os encontros, a alimentação é discutida com o apoio do álbum seriado Dez Passos da Alimentação Saudável. A discussão, abordando diversos aspectos dessa temática e relacionando-os às condições de vida, individuais e coletivas, é um momento possível para que todos participem, contem suas experiências e exponham suas dúvidas. Justamente por ter como objetivo a construção conjunta de estratégias de mudanças, a participação é constantemente estimulada. A participação de profissionais da odontologia enriquece a discussão na perspectiva de interdisciplinaridade no processo de formação em serviço, pois viabiliza a abordagem de aspectos referentes à saúde bucal, a seu turno, estreitamente relacionada à alimentação e às condições de vida.

Ao completar sua participação nos três encontros iniciais, o usuário é convidado a voltar mensalmente para o grupo que chamamos de manutenção. Nesse momento, refazemos as medidas de peso e circunferência abdominal, retomamos as orientações individuais fornecidas e discutimos as conquistas e dificuldades percebidas no período. Para cada momento de manutenção, escolhemos, em conjunto com os grupos, temas que embasam atividades e discussões coletivas.

## PRODUTO

A riqueza e a relevância do que é produzido ao longo dos encontros e as eficientes estratégias referidas pelos participantes nos processos de reeducação alimentar em suas vidas embasaram a ideia de elaborar um livro, organizado durante o segundo semestre de 2010, como forma de registrar essa experiência, compartilhando-a com as comunidades usuárias do SSC. O material contempla estratégias para as mudanças propostas e receitas utilizadas pelos participantes, enriquecidas de acordo com as discussões estabelecidas nos grupos.

Além de o material produzido constituir um artefato pedagógico a ser utilizado futuramente em ações educativas, seu processo de elaboração também configurou um dispositivo para o exercício da interdisciplinaridade na formação profissional em serviço por possibilitar oportunidades de

conexões e diálogos entre os núcleos de Nutrição e Odontologia na realização de atividades coletivas. Adicionalmente à promoção e ao fortalecimento dessa modalidade coletiva de atendimento no seu atual espaço, o livro “Saúde no Prato” intenciona potencializar sua implantação em outras unidades de saúde do SSC.

## REFLEXÕES

Na percepção dos coordenadores do “Saúde no Prato”, profissionais igualmente responsáveis por atendimentos individuais, não há benefício menor, quanto aos resultados de adequação de peso e melhora de exames bioquímicos quando o indivíduo é atendido em consulta coletiva, em relação ao atendimento individual. Além disso, os encontros em grupo e os movimentos deles resultantes possibilitam o surgimento e a discussão de temas transversais que poderiam ficar ausentes nos atendimentos individuais, uma vez que a metodologia utilizada permite adaptação do conteúdo abordado conforme as demandas apresentadas pelos participantes.

As reflexões coletivas abordam não apenas alimentação, mas sim distintos processos e formas de autocuidado, possibilitando que o foco das discussões ultrapasse a frequente divisão saúde/doença. Em relação às orientações, procuramos esclarecer quanto às escolhas possíveis e mais apropriadas no momento, na compreensão de que, comumente inadequadas e restritivas, prescrições favorecem a formação de barreiras, dificultando a adoção de hábitos e atitudes mais saudáveis.

“Saúde no Prato”, no entendimento de seus “profissionais-autores”, configura-se como tecnologia leve na acepção trazida por Mehry.<sup>9</sup> Configura trabalho vivo em ato, expresso como tecnologia de relações que produzem vínculo, autonomização, acolhimento e gestão como formas também possíveis para governar processos de trabalho. Ao pressupor certa modelagem de assistência, requer a construção de um novo modo de fazer saúde, no qual profissionais e usuários sentem-se parceiros e agem em parceria, sem desconsiderar a complexidade da atenção em saúde e a necessária interdisciplinaridade desse agir.

O exercício da interdisciplinaridade, fundamental aos processos de formação em serviços de Atenção Primária à Saúde, e possibilitado nesse grupo pela ação conjunta de profissionais da nutrição, odontologia e psicologia, permite um olhar mais plural para que se construam, coletivamente, práticas promotoras de saúde em nossa comunidade.

A participação contínua de diversos usuários reflete, no cotidiano de nossa unidade de saúde, a materialização

do atributo da longitudinalidade, fundamental àqueles que realizam APS. Por meio dos encontros mensais, buscamos atingir benefícios relacionados à continuidade do cuidado, entre os quais: maior possibilidade de integração das dimensões físicas, psicológicas, sociais e econômicas dos indivíduos; melhora na relação entre usuários e profissional de saúde e promoção de autonomia do cuidado.<sup>10</sup> O vínculo construído ao longo do tempo, tanto entre profissionais e usuários quanto entre os próprios usuários, possibilita um espaço propício para o compartilhamento de dúvidas, dificuldades, desafios e conquistas. O grupo torna-se uma rede de apoio a todos que estão em busca de um objetivo comum.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS/PERSPECTIVAS FUTURAS

Após realizadas 24 edições, o “Saúde no Prato” tem se consolidado na equipe como estratégia efetiva de atendimento e principal porta de entrada para o acompanhamento nutricional, com grande procura por parte dos usuários. A continuidade da participação nos encontros de manutenção remete à satisfação dos usuários de participar desses momentos e ao alcance dos objetivos propostos na concepção do grupo.

Registramos aqui o desejo de que este trabalho se perpetue e se constitua como estímulo para a construção de novas propostas de trabalho em saúde, lançando mão de tecnologias leves e ação interdisciplinar, embasadas nos conceitos da Atenção Primária à Saúde.

## REFERÊNCIAS

1. Brasil. Ministério da Saúde. Grupo Hospitalar Conceição. Projeto político-pedagógico da residência integrada em saúde do Grupo Hospitalar Conceição. [Citado 2011 maio 22]. Disponível em: <http://www2.ghc.com.br/GepNet/docsris/risprojeto.pdf>.

2. Goldenberg M, Ramos MS. A civilização das formas: o corpo como valor. In: Goldenberg M, organizador. Nu

e vestido: dez antropólogos revelam a cultura do corpo carioca. 2ª ed. Rio de Janeiro: Record; 2007. p. 19-40.

3. Sefton AP, Martins J. Representações de corpo na literatura infanto-juvenil. In: Soares MJ, Famer CM, organizadores. Produzindo gênero. Porto Alegre: Sulina; 2004.

4. Brasil. Ministério da Saúde. Grupo Hospitalar Conceição. Saúde no Prato. Brasília: MS; 2011. (No prelo)

5. WHO expert consultation. Appropriate body-mass index for Asian populations and its implications for policy and intervention strategies. Lancet. 2004; 157-63.

6. Lipschitz DA. Screening for nutritional status in the elderly. Prim Health Care. 1994 Mar; 21(1):55-67.

7. Brasil. Ministério da Saúde. Guia alimentar: promovendo a alimentação saudável [Internet] [Citado 2011 maio 22]. Disponível em: [http://www.saude.sp.gov.br/resources/cidadao/destaques/guia\\_de\\_bolso\\_sobre\\_alimentacao.pdf](http://www.saude.sp.gov.br/resources/cidadao/destaques/guia_de_bolso_sobre_alimentacao.pdf)

8. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Coordenação-Geral da Política de Alimentação e Nutrição. Guia alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável. Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Coordenação-Geral da Política de Alimentação e Nutrição. Brasília: Ministério da Saúde; 2006. 210 p.

9. Merhy EE. Saúde: a cartografia do trabalho vivo. 3ª ed. São Paulo: Hucitec; 2002. 189 p.

10. Cunha, EM. Vínculo longitudinal na atenção primária: avaliando os modelos assistenciais do SUS [tese]. Rio de Janeiro: Escola Nacional de Saúde Pública Sérgio Arouca; 2009.

---

Submissão: agosto/2011

Aprovação: outubro/2011

---