

ATUAÇÃO DOS ACADEMICOS DE ENFERMAGEM NA ORIENTAÇÃO NUTRICIONAL NO PRÉ-NATAL E SUA IMPORTÂNCIA PARA UMA GESTAÇÃO SAUDÁVEL: RELATO DE EXPERIÊNCIA

SANTOS, Emily Kelly Ferreira Gomes.¹

MEDEIROS, Adriana Santos.²

PEDRO, Leonice Vieira dos Santos.³

VIANA, Teresinha Cicera Teodora.⁴

LIMA, Ana Celia Cavalcante⁵

RESUMO

A obtenção de nutrientes necessários para uma gestação bem-sucedida está em uma alimentação saudável, onde inclui quantidades adequadas de todas as vitaminas, minerais e macronutrientes, que são fornecedores de energia. Este estudo objetivou descrever experiência vivida durante atividades educativas relacionadas à alimentação saudável em um Grupo de Gestantes. Estudo descritivo, na modalidade de relato de experiência, resultante da atividade prática desenvolvida através do projeto de iniciação científica da disciplina de gerenciamento da assistência de enfermagem com enfoque na alimentação saudável promovendo a saúde da gestante e do conceito por meio de hábitos saudáveis alimentares. A ação foi desenvolvida por acadêmicas do 6º período do curso de enfermagem, para a realização da ação foi confeccionado um banner, onde compreendia os 10 passos para uma alimentação saudável para gestantes, com imagens ilustrativas, destacando a importância do consumo de alimentação, rica em nutrientes com foco nos sais minerais como o ferro, o zinco e o iodo. Participaram voluntariamente gestantes que realizam o pré-natal na unidade básica de saúde, totalizando 16 gestantes de várias faixas etárias. Os resultados demonstraram que houve e conscientização das gestantes, pois as mesmas identificaram seus erros alimentares após a ação educativa relatando excessos de sódio e gordura. Portanto, com base nas atividades realizadas, concluímos que a orientação nutricional coletiva para as gestantes podem auxiliar na melhoria do estado nutricional com impacto positivo na saúde materna e fetal. O trabalho favoreceu para as acadêmicas a abordagem com o grupo de gestantes na conscientização da importância da alimentação saudável contribuindo para que o feto se desenvolva da forma saudável.

Palavras chave: Nutrição. Gestantes. Promoção da saúde.

¹ Acadêmica do curso de Enfermagem da Faculdade de Ciências Biomédicas de Cacoal – FACIMED.Contato: emilykellyferreira@hotmail.com

² Acadêmica do curso de Enfermagem da Faculdade de Ciências Biomédicas de Cacoal – FACIMED.Contato: adrianamedeiros.anahy@gmail.com

³ Acadêmica do curso de Enfermagem da Faculdade de Ciências Biomédicas de Cacoal – FACIMED.Contato: leonicepedro@gmail.com

⁴ Docente do curso Enfermagem . Mestre em Ciências da Saúde. Contato: anaceliap@hotmail.com

⁵ Docente do curso Enfermagem. Mestre em Ciências da Saúde.Contato:teresinhaenfermeira@hotmail.com