



REVISTA DO HOSPITAL DE CLÍNICAS DE PORTO ALEGRE E
FACULDADE DE MEDICINA DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL

REVISTA HCPA 2003; 23 (Supl.)

23^a SEMANA CIENTÍFICA do HCPA

De 01 a 05 de Setembro de 2003

10º Congresso de Pesquisa e Desenvolvimento em Saúde do Mercosul

Anais

EDUCAÇÃO NUTRICIONAL A MULHERES EM IDADE FÉRTIL. Luft VC , Seibt LVO , Lovato ALT , Mello ED . Curso de Nutrição / Departamento de Pediatria / Faculdade de Medicina/UFRGS . FAMED - UFRGS.

Fundamentação:Hábitos alimentares e estilo de vida saudáveis são a base para a promoção da saúde e prevenção de doenças crônico-degenerativas. O período reprodutivo necessita cuidados alimentares, dada a possibilidade de uma gestação e, também, por ser esta idade na qual a dieta pode prevenir doenças. Neste contexto, a educação nutricional é uma ferramenta importante para a construção e solidificação de atitudes positivas. Objetivos:1.Fazer um levantamento do conhecimento e interesse de mulheres em idade reprodutiva em relação à nutrição; 2.Apresentar as bases da dieta saudável e principais cuidados alimentares pertinentes a mulheres em idade fértil, promovendo o interesse pela nutrição e hábitos saudáveis; 3.Verificar se há alteração do conhecimento após intervenção de educação nutricional.Causística:No período entre 24 de julho e 17 de agosto de 2003, em 3 encontros semanais de duas horas cada, foi realizado projeto de educação nutricional destinado a mulheres em idade reprodutiva. A intervenção foi precedida de coleta de dados do grupo referentes a hábitos alimentares e estilo de vida. Foram aplicados questionários ao início e ao fim de cada encontro, pré e pós-teste. Como instrumentos didáticos, foram utilizadas técnicas expositivas, abordando a pirâmide alimentar e rotulagem nutricional nas embalagens dos alimentos, e dinâmicas de grupo. Os dados foram computados no programa SPSS versão 11.0 e os resultados são expressos em percentuais.Resultados:O grupo foi inicialmente constituído por 15 mulheres com média de idade de 31,9 (19-45) anos. No primeiro momento, 86,7% referiu ter interesse por assuntos relacionados à nutrição, 73,3% mencionou ler informações nos rótulos, o que interferia na escolha pelo alimento em 60% dos casos. Cerca da metade do grupo (53,3%) considerava sua alimentação saudável. Por outro lado, em mesma proporção, 53,3% sentiam-se sedentárias. Quanto à vida reprodutiva, 66,7% ainda não possuíam filhos, 46,7% pretendia ter e 13,3% indicou ainda não saber. Nenhuma indicou estar planejando engravidar e 33,3% não fazia uso de anticoncepcional. Das que já eram mães, apenas uma referiu ter planejado a gravidez, 80% relataram ter tido alguma preocupação referente à alimentação antes da gestação. Quanto aos conhecimentos avaliados antes e após as dinâmicas, observou-se aumento importante na proporção de acertos. Ao primeiro encontro, as respostas no pré-teste estiveram totalmente corretas em apenas 25,3%, comparadas a 54,5% no pós-teste, indicando uma melhoria de 111%. Entretanto, quando as questões foram avaliadas de forma mais segmentada, considerando um acerto para cada item verdadeiro da questão, o índice de acertos foi maior (47,2% no pré-teste e 67,2% no pós-teste). Isso evidencia que o conhecimento é parcial. De mesmo modo, ao segundo encontro, houve evolução no percentual de acertos, tanto quando consideradas as questões de forma completa, de 22% para 57,1% (aumento de 159%, tendo o pré-teste como base), como também parcialmente, 52,7% para 77,3%.Conclusões:1.Assuntos relacionados à nutrição são de interesse à grande maioria deste grupo de mulheres em idade reprodutiva. O conhecimento, entretanto, demonstrou-se parcial. 2.Houve

melhoria superior a 100% destes conhecimentos após intervenção educativa. 3. Um programa de educação nutricional interativo é capaz de alcançar expectativas de seu grupo-alvo, despertando interesse pela alimentação e hábitos saudáveis.