

## **A IMPORTÂNCIA DE ATIVIDADES EDUCATIVAS EM NUTRIÇÃO PARA A PROMOÇÃO DE SAÚDE DE IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA**

Elizana Raunes da Silva<sup>1</sup>, Macielly Buriti de Macêdo<sup>1</sup>, Marina Lins Mendes Pinto<sup>1</sup>, Marina de Oliveira Castro e Souza<sup>1</sup>, Luana Stephanie Fernandes de Andrade<sup>1</sup>, Jayanny Claybianny Araújo Fernandes<sup>1</sup>, Marília Ferreira Frazão Tavares de Melo<sup>2</sup>

O envelhecimento populacional é um fenômeno natural, irreversível e mundial. No Brasil, a população idosa tem crescido de forma rápida e em termos proporcionais. O processo de institucionalização impõe alterações na rotina diária desses indivíduos, inclusive na alimentação, podendo gerar alterações dos hábitos alimentares e fragilidade de sua saúde. A nutrição tem papel importante na modulação do processo de envelhecimento, na etiologia de doenças associadas com a idade, bem como no declínio funcional e surgimento de deficiências, a avaliação e o monitoramento nutricional de idosos são necessários para uma assistência adequada e para o planejamento de ações de promoção da saúde. O objetivo deste trabalho baseou-se na realização de atividades de educação nutricional para os institucionalizados da “Casa Vó Filomena – Cuité/PB”, através de atividades desenvolvidas por alunos extensionistas, afim de estimular hábitos alimentares saudáveis e proporcionar uma melhor qualidade de vida para os mesmos. As atividades foram realizadas durante maio de 2015 a abril de 2016. O processo metodológico se deu de forma qualitativa e foram realizadas oficinas com foco na promoção de uma alimentação adequada, útil à incorporação de bons hábitos alimentares, ao estímulo de atividade física, aumento do consumo de água, escolhas alimentares adequadas, além do estímulo dos órgãos do sentido, por meio de atividades voltadas para o reconhecimento de alimentos através do sabor, textura e aroma. Através desta experiência, ratificou-se a importância em se trabalhar educação nutricional durante esta fase do ciclo de vida, pois constitui uma forma capaz de reorientar o cuidado na saúde do idoso institucionalizado na perspectiva de promover uma melhor consciência alimentar e qualidade de vida, tendo em vista que tais dinâmicas trouxeram momentos de diversão, ocupação, conhecimento, interação, socialização e afetividade. A ampliação e efetivação constante destas ações de promoção à alimentação saudável são indispensáveis e essenciais para modificação de atitudes, dos

---

<sup>1</sup> Aluna do curso de Nutrição, bolsista, elizana12@hotmail.com; aluna do curso de Nutrição, voluntária, buriti.macielly@gmail.com; aluna do curso de Nutrição, voluntária, mlins\_r@live.com; aluno do curso de Nutrição, voluntário, mariinacastro@hotmail.com; aluna do curso de Nutrição, voluntária, fernandesluana-2@hotmail.com; voluntária jayanny20@hotmail.com

<sup>2</sup> Coordenadora, mariliafrazao@hotmail.com

próprios idosos e funcionários colaboradores, visto que a mudança alimentar desse grupo institucionalizado é dependente de uma ação conjunta de todos.

Palavras-chave: alimentação saudável, idosos institucionalizados, promoção de saúde.