

TRABALHOS DOS PROFISSIONAIS DA ÁREA DE NUTRIÇÃO EM ALIMENTAÇÃO
COLETIVA PRÊMIO DESTAQUE PROFISSIONAL 2024

Os trabalhos contidos nesta sessão são originais, de acordo como foram apresentados para avaliação e votação no período do prêmio destaque profissional. Estes trabalhos não foram editados nem tiveram seu conteúdo alterado.

Priscilla Vieira Nunes Moreira Zimmerman



ODS 3 – Saúde e Bem-estar

- **Justificativa da ação/projeto:**

A promoção de uma alimentação saudável é essencial para melhorar a qualidade de vida, especialmente em populações vulneráveis como pacientes com deficiência intelectual. Este projeto visa proporcionar uma nutrição equilibrada e promover hábitos alimentares saudáveis, alinhados com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), em especial o ODS 3: Saúde e Bem-Estar.

- **Objetivo da ação/projeto (relacionar ao ODS selecionado):**

O objetivo principal é melhorar a saúde e a qualidade de vida dos pacientes da residência inclusiva do Cotoengo por meio de uma alimentação saudável e equilibrada, contribuindo para a redução de problemas de saúde associados à má alimentação e ao sedentarismo. Este projeto está alinhado com o ODS 3: Saúde e Bem-Estar, que visa assegurar uma vida saudável e promover o bem-estar para todos em todas as idades.

- **Descrição do público-alvo:**

O público-alvo são pacientes com deficiência intelectual residentes na instituição em uma Residência Inclusiva. Estes indivíduos apresentam necessidades nutricionais específicas e desafios particulares em relação à manutenção de hábitos alimentares saudáveis.

- **Procedimento/ Metodologia aplicada:**

Avaliação Inicial: Realização de uma avaliação nutricional e de saúde para cada paciente, incluindo bioimpedância para medir a composição corporal.

Plano Alimentar Personalizado: Desenvolvimento de planos alimentares personalizados, levando em consideração as necessidades nutricionais e preferências dos pacientes.

Educação Nutricional: Sessões educativas para os pacientes e cuidadores, abordando a importância de uma alimentação equilibrada e práticas de preparação de alimentos saudáveis.

Monitoramento e Acompanhamento: Acompanhamento mensal para avaliar o progresso, ajustando os planos alimentares conforme necessário e utilizando bioimpedância para medir mudanças na composição corporal.

Atividades Físicas: Implementação de atividades físicas regulares adaptadas às capacidades dos pacientes para complementar a alimentação saudável.

- **Resultado (informar dados numéricos e qualitativos):**

Dados Numéricos: Ao final de 10 meses, observou-se uma média de emagrecimento de 6kg por paciente, com uma redução significativa na porcentagem de gordura corporal e manutenção da massa magra.

Dados Qualitativos: Relatos de melhoras na disposição diária, maior engajamento nas atividades diárias, e redução de sintomas relacionados a problemas nutricionais como constipação e fadiga.

- **Tempo de aplicação da ação (relacionar ao ODS selecionado):**

O projeto foi implementado ao longo de 10 meses, com avaliações contínuas e ajustes mensais para garantir a eficácia e a sustentabilidade dos resultados, em conformidade com o ODS 3.

- **Coerência da ação desenvolvida conforme o ODS citado:**

A ação desenvolvida está em total coerência com o ODS 3, promovendo saúde e bem-estar por meio da nutrição adequada e educação alimentar, e também está alinhada com os princípios de inclusão e igualdade, promovendo um ambiente mais saudável e inclusivo para pessoas com deficiência intelectual.

- **Conexão com a Campanha "Nutrição sem Estereótipos" :**

Este projeto está conectado com a campanha "Nutrição sem Estereótipos" ao enfatizar a importância de uma abordagem inclusiva e personalizada para a nutrição, reconhecendo e respeitando as necessidades individuais sem perpetuar estereótipos ou práticas

discriminatórias. Promovemos a diversidade e a inclusão na alimentação saudável, garantindo que todos tenham acesso a uma nutrição adequada e personalizada.

Jaqueline Mamede de Souza



ODS 3 – Saúde e Bem-estar

- **Justificativa da ação/projeto:**

Devido aos acontecimentos de COVID19 nos últimos anos, observou -se que a ansiedade, e a alimentação desregulada, deixou a população com excesso de peso e outros problemas relacionados a alimentação, bem como a falta de ideia para preparação de pratos balanceados e nutritivos.

- **Objetivo da ação/projeto (relacionar ao ODS selecionado):**

Ensinar receitas, dicas e uma alimentação saudável com baixo custo. Mostrar à população que dá para fazer receitas econômicas e saudáveis. Incentivá-los a utilização integral dos alimentos. Promover educação alimentar e nutricional em todas as idades.

- **Descrição do público-alvo:**

População de Brasilândia MS.

- **Procedimento/ Metodologia aplicada:**

A metodologia utilizada e a técnica que é utilizada para melhor entendimento do público-alvo é a utilização de métodos audiovisuais, ou seja, os vídeos ensinando as receitas que serão postados nas redes sociais da PREFEITURA MUNICIPAL DE BRASILÂNDIA MS, (Facebook e Instagram). No vídeo é abordada a forma que são preparadas as receitas e as técnicas utilizadas para o seu preparo, ou seja, “Receitas Criativas” mostra que com os alimentos que a maioria da população tem dá para ter uma alimentação saudável, colorida e criativa, evitando desperdício e aproveitando muito mais, além de conhecer uma alimentação saudável.

- **Resultado (informar dados numéricos e qualitativos):**

Os resultados encontrados foram positivos já que nas redes sociais vê-se que tiveram bastantes visualizações nos vídeos, e os vídeos acabam sendo visualizados não só pela população de Brasilândia MS, mas de todos os lugares. Em dois anos de Receitas Criativas as visualizações no Instagram passaram de 29.948 visualizações e no Facebook as visualizações passou de 23.037 visualizações.

- **Tempo de aplicação da ação (relacionar ao ODS selecionado):**

O Receitas Criativas já vem sendo realizado no município há 2 anos, ou seja, mais de 24 meses, exatamente 26 meses de aplicação.

- **Coerência da ação desenvolvida conforme o ODS citado:**

O “Receitas Criativas” é um projeto criado em forma de vídeos educativos que serve como referência para uma alimentação saudável no dia a dia, sendo transmitido uma vez por semana. O projeto leva em consideração a realidade da população brasilandense, com a indicação de alimentos com os quais as pessoas já estão habituadas no seu dia a dia, ensinando receitas, dando dicas de armazenamentos, e ensinando o reaproveitamento integral dos alimentos. Visando contribuir para a redução dos níveis de obesidade da população. Conseqüentemente, uma alimentação balanceada e saudável também irá colaborar para prevenir outras doenças como o diabetes, hipertensão, os problemas cardiovasculares e o câncer. Além de considerar os princípios do SUS: “A universalidade é contemplada através dos vídeos, pois a população tem acesso às redes sociais da prefeitura municipal, onde as redes sociais são uma plataforma aberta, que a população tem acesso às dicas, orientações e aprendem a desenvolver receitas visando uma melhora na saúde e qualidade de vida.” “As Receitas Criativas contemplam a equidade através do acesso a população já que as receitas são pensadas na população do município onde visa a equidade através de alimentos de baixo custo e de fácil acesso.” “A integralidade é contemplada nas Receitas Criativas através da educação nutricional, onde gera conhecimento sobre a alimentação saudável, conhecimentos nutricionais à população, visando os princípios do guia alimentar para a população brasileira além de promover uma prevenção de agravos à saúde, ensinando as pessoas sobre alimentação saudável e de baixo custo, através do serviço continuado e acessível aos brasilandenses.

- **Conexão com a Campanha "Nutrição sem Estereótipos" :**

A conexão com a campanha se dá devido à educação alimentar e nutricional, com os alimentos que são escolhidos para realizar as receitas.