

ATAÍDE; Lucy Maia de Albuquerque Mariz Ataíde ¹, BARBOSA; Kamylla Mylena Souza Barbosa², SILVA; Fábio Cardan de Sousa Silva ³, MELO; Marcelle Baracho Calheiros de⁴

RESUMO

Profissionais de saúde possuem na maioria das vezes uma grande demanda de atendimentos, principalmente nesse período de pandemia, que, além de aumentar a busca pela Assistência Básica, sobrecarregam também o estresse mental, o que faz com que a alimentação e a prática de exercícios físicos sejam negligenciados. Conhecendo tal realidade, objetivamos avaliar as condições nutricional e física desses profissionais, com um olhar diferenciado na rotina dessa classe durante a pandemia. Objetivo: avaliar o perfil nutricional e físico dos trabalhadores das UBS do município de Areia, Paraíba. Metodologia: Iniciou-se a coleta de dados com um trabalho de conscientização sobre a importância da alimentação saudável e prática de exercícios físicos, seguidos de explicação sobre como ocorreria a avaliação realizada pelo educador físico e nutricionista atuantes no Núcleo Ampliado de Saúde da Família. O município conta com dez Unidades Básicas de Saúde, das quais 5 são da zona urbana e 5 da zona rural. As avaliações foram feitas nas próprias UBSs com os profissionais que aceitaram participar da atividade, sendo realizadas individualmente, através de recordatório alimentar de 24h, anamnese composta por questões nutricionais, fatores de risco e histórico de atividade física, além de avaliação física por meio de bioimpedância para obtenção do IMC e composição corporal. Resultados: Aceitaram participar da pesquisa 76 profissionais de saúde, dos quais 44,73% apresentam excesso de peso quanto a classificação de IMC, 28,9% se encontram em estado de obesidade, e apenas 23,68% situam-se em eutrofia. Relacionado a este resultado, observou-se que 86,84% dos profissionais realizam nível de atividade física leve, relatando não possuir tempo para exercícios mais acentuados. Assim, apenas 3,9% apresenta nível de atividade física pesado, e 2,6% não realizam nenhuma atividade. Quanto as principais patologias relatadas pelos participantes, obteve-se um ranking composto por Hipertensão Arterial Sistêmica (21,05%), seguida de Diabetes Mellitus (11,8%) e Depressão (10,52%). Com o auxílio do recordatório alimentar dos profissionais, constatou-se o baixo consumo de frutas aliado ao alto consumo de alimentos ricos em carboidratos simples, industrializados e fast-foods. Diante disso, foram desenvolvidas orientações nutricionais e de exercícios físicos individuais para cada participante e planejamento para desenvolvimento de grupos de atividade física para cada UBS, bem como planejamento para realização de atividades de educação alimentar e nutricional, objetivando o controle de patologias e melhora na qualidade de vida. Considerações Finais: Deste modo, conclui-se que as ações coletivas de Atenção Básica também devem incluir os profissionais que nela atuam, sendo necessárias ações que promovam o bem estar e qualidade de vida dos profissionais em seu local de trabalho, resultando consequentemente em fortalecimento de vínculos, melhora no trabalho em equipe e melhor atuação da UBS como um todo.

PALAVRAS-CHAVE: Palavras-chave: avaliação nutricional, profissionais de saúde, unidade básica de saúde

¹ Secretária de Saúde de Areia PB - NASF, saboresquenutrem@gmail.com

² Estagiária e graduanda de Ciências da Nutrição UFCG, kamylla_mylena_09@hotmail.com

³ Secretária de Saúde de Areia PB - NASF, kamylla_mylena_09@hotmail.com

⁴ Secretária de Saúde de Areia PB - NASF, Marcellebaracho_@hotmail.com