



Título: **OFICINA CULINÁRIA COMO ESTRATÉGIA NO CUIDADO EM SAÚDE MENTAL.**

Diene da Silva Schlickmann¹, Ana Carolina Lenz¹, Tais Giordani Pereira²,
Patrícia Molz³, Silvia Isabel Rech Franke¹, Luciano Lepper¹, Francisca Maria
Assmann Wichmann¹

1 – Universidade de Santa Cruz do Sul – UNISC, Santa Cruz do Sul, RS, Brasil.

2 – Secretaria Municipal de Saúde, Santa Cruz do Sul, RS, Brasil.

3 - Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul – PUCRS, Porto Alegre, RS, Brasil.

E-mail: dienedasilva@gmail.com

Introdução: O Brasil tem investido em uma rede de atenção à saúde mental através do cuidado, respeitando suas diferenças de forma comunitária, por meio de uma equipe multiprofissional, como nos Centros de Atenção Psicossocial (CAPS), buscando consolidar tratamento diferenciado através de oficinas terapêuticas. Dentro das práticas desenvolvidas pelo Centro de Atenção Psicossocial do município de Santa Cruz do Sul destaca-se o acolhimento, o Projeto Terapêutico Singular, o cuidado à família, além do atendimento individual e de grupo. Dentre as atividades coletivas destacam-se o desenvolvimento das oficinas culinárias. **Objetivo:** Relatar a experiência vivenciada em um Centro de Atenção Psicossocial durante o estágio de nutrição em saúde coletiva. **Método:** Trata-se de um relato de experiência, baseado em vivências proporcionadas durante as atividades práticas do componente curricular de Nutrição e Saúde Mental do curso de Nutrição da Universidade de Santa Cruz do Sul, ocorridas no primeiro bimestre do segundo semestre de 2016. Elegeu-se a culinária como eixo estruturante do método proposto. Assumiu-se que, por meio da culinária, seria possível proporcionar uma experiência de vivência como atividade a ser valorizada, no cotidiano, na perspectiva do cuidado consigo e com o outro. **Resultados.** A oficina de culinária está implementada no CAPS II desde o ano de 2014 com o objetivo de desenvolver educação alimentar visando a promoção para uma alimentação saudável, e melhor qualidade de vida aos portadores de sofrimento psíquico. As oficinas possuem boa adesão e participam dela, de seis a dez usuários, devido ao tamanho do espaço, realiza-se uma vez por semana, dentro da programação de oficinas do local. No final da oficina, todos degustam as preparações, expressão suas opiniões sobre os aspectos sensoriais e levam uma cópia da receita para casa, onde podem reproduzi-la. Além disso, é estimulada uma discussão sobre os costumes alimentares e ingredientes saudáveis que compõem a receita, destacando seus aspectos nutricionais e outras possíveis preparações, estimulando seu consumo de forma habitual. No decorrer da oficina, pôde-se perceber que os usuários viam aquele momento como uma oportunidade de troca de experiências, onde eles podem se ajudar

mutuamente na execução das tarefas, proporcionando o apoio para o enfrentamento das limitações físicas e cognitivas de cada um. Além disso, pôde-se verificar que a atividade grupal proporcionou a interação e a formação de vínculo entre os participantes, nutricionista e estagiários e tornou-se uma oportunidade de repensar práticas, humanizar a formação profissional e aprender a trabalhar com saúde mental e todas as suas particularidades, numa profissão, no qual durante a sua formação, a saúde mental não é discutida amplamente. **Considerações finais:** A oficina culinária proporcionou a autorreflexão dos estagiários sobre suas práticas, o conhecimento de suas vivências e opiniões, além dos desafios e potencialidades da atuação na área de saúde mental. Mostrou ser uma ferramenta importante para a formação profissional humanizada, estimulando o respeito às diferenças e limitações dos usuários do CAPS II. Através dessa estratégia evidenciou-se que a culinária também pode ser terapêutica na perspectiva do cuidado para lidar com diferentes sujeitos em sofrimento psíquico.

Palavras-chave: Saúde Mental; Profissional de Nutrição; Atenção à Saúde; Oficina Culinária; Centro de Atenção Psicossocial.