



INSERÇÃO EM GRUPOS DE AÇÕES EM SAÚDE COLETIVA - GRUPO PROMOVENDO HÁBITOS SAUDÁVEIS - CORPO E MENTE

FERNANDA DA SILVA BITTENCOURT

nanda_bittencourt333@hotmail.com

LUCIA BEATRIS ILECKI FIORGIARINI

luciailecki@yahoo.com.br

MÊMORA ARRIAL

memora_arrial@yahoo.com.br

TATIANA DE CASTRO PEREIRA

tatidcp@hotmail.com

DULCE GASEL ZACHARIAS

dulce@unisc.br

FRACISCA MARIA ASSMANN WICHMANN

francis@unisc.br

Partindo do pressuposto que o trabalho em equipe interdisciplinar visa à efetivação da integralidade em saúde, este estudo apresenta um programa de intervenção psicoeducativa e sociocultural com adultos que buscam melhorar a qualidade de vida. A modificação de comportamentos alimentares, em níveis terapêuticos e preventivos, é um desafio clínico que exige ferramentas de várias áreas da saúde, como a psicologia e a nutrição. O trabalho também descreve como são construídas as relações interdisciplinares entre acadêmicos da nutrição e psicologia no cotidiano de suas práticas, trabalhando o olhar e escuta interdisciplinar do fazer pedagógico, uma relação dialógica com medidas socioeducativas. Essa intervenção fez parte das ações do Serviço Integrado de Saúde—SIS da UNISC, e teve duração de cinco encontros semanais, no período de maio a junho de 2012, com duração de uma hora e contou com oito voluntárias mulheres, entre 22 e 59 anos. Nas intervenções realizadas, utilizou-se como metodologia suporte as oficinas grupais, bem como técnicas de dinâmicas de grupo e subsídios teóricos dos modelos de intervenção cada encontro teve uma temática central: Alimentos que elevam a Autoestima; 10 Passos para uma Alimentação Saudável; Ansiedade e Compulsão Alimentar; Fast Food e suas Desvantagens e Mitos e verdades sobre a alimentação. Entre as reflexões apareceram questões sobre o “poder” da sociedade que torna os indivíduos prisioneiros da busca incansável pelo peso ideal, como também o quanto o indivíduo pode sabotar a si próprio, trazendo sérios prejuízos a sua qualidade de vida. As oficinas estimularam a multidisciplinariedade, aproximando o ensino acadêmico da realidade vigente, estreitando a relação teoria e a prática, bem como a humanização do atendimento. Entre as respostas, houve uma melhora no alívio da ansiedade e no processo de adesão a uma alimentação mais saudável entre as mulheres no decorrer das oficinas educativas. Diante todo o relatado, fica evidente que uma intervenção interdisciplinar em busca de resultados quanto à mudança de estilo de vida pode ser um método promissor de tratamento e prevenção de síndromes biopsicossociais do cotidiano. Pode-se concluir que a adesão ao estilo de vida mais saudável, possibilitou a troca e o compartilhamento de saberes entre os acadêmicos e as mulheres, que enfrentaram com mais eficácia a situações postas no cotidiano da vida pessoal e acadêmica. Os contributos da psicologia e da nutrição evidenciam a necessidade de informar usando modelos de intervenção para além da transmissão de ensinamentos, bem como compreender o estado de dissonância cognitiva que muitas das mulheres apresentaram.

Palavras-chave: Interdisciplinaridade, integralidade, estilo de vida mais saudável, transmissão de ensinamentos.

Instituição: UNISC - SANTA CRUZ DO SUL/RS