

**ESF CENTRAL E ALIMENTAÇÃO
SAUDÁVEL:
“I FEIRA GASTRONOMICA NA ESCOLA
MUNICIPAL RENASCER NO MUNICÍPIO
DE ITAIÓPOLIS/SC”.**



Itaiópolis, SC

09/07/2012



Ovo decorado com signos e cores, possui poderes de talismã. Pêssanka é um termo derivado do verbo “pessaty”, que significa escrever, portanto, pêssanka é na sua melhor tradução uma forma de escrita.

ITAIÓPOLIS CONHECIDA COMO A VARSÓVIA CATARINENSE

ESF Central

- **A Estratégia Saúde da Família Central tem como uma das suas características abranger área urbana e rural, com saberes e culturas diferenciadas em sua área adstrita. No ano de 2.012 contava com uma população de 2.610 pessoas com 860 famílias divididas em 06 micro áreas. (SIAB,10/2012). A equipe é composta por: 01 Médica, 01 Enfermeira, 01 Técnica e 01 Auxiliar de Enfermagem e 06 Agentes Comunitários de Saúde.**

JUSTIFICATIVA

- No mês de março de 2012 foi realizada avaliação antropométrica de todas as crianças e adolescentes, uma das ações obrigatórias e fundamentais da Semana Saúde na Escola. A equipe da ESF Central realizou esta avaliação em todas as escolas de sua área de abrangência e após esta análise a Escola Municipal Renascer foi à escola que nos chamou atenção devido à diversidade nos índices antropométricos das crianças (baixo peso, risco de baixo peso, risco de sobrepeso, sobrepeso e obesidade).

Intersetorialidade

- ESF Central – Estratégia Saúde da Família
- Secretaria Municipal de Saúde
- NASF
- Vigilância Sanitária
- Escola Municipal Renascer (Direção, professores, alunos, merendeira, serviços gerais)
- Secretaria Municipal de Educação
- Pais e Comunidade em Geral

Gráfico 1: Total de alunos avaliados pelo ESF Central na Escola Municipal Renascer, 03 /2012

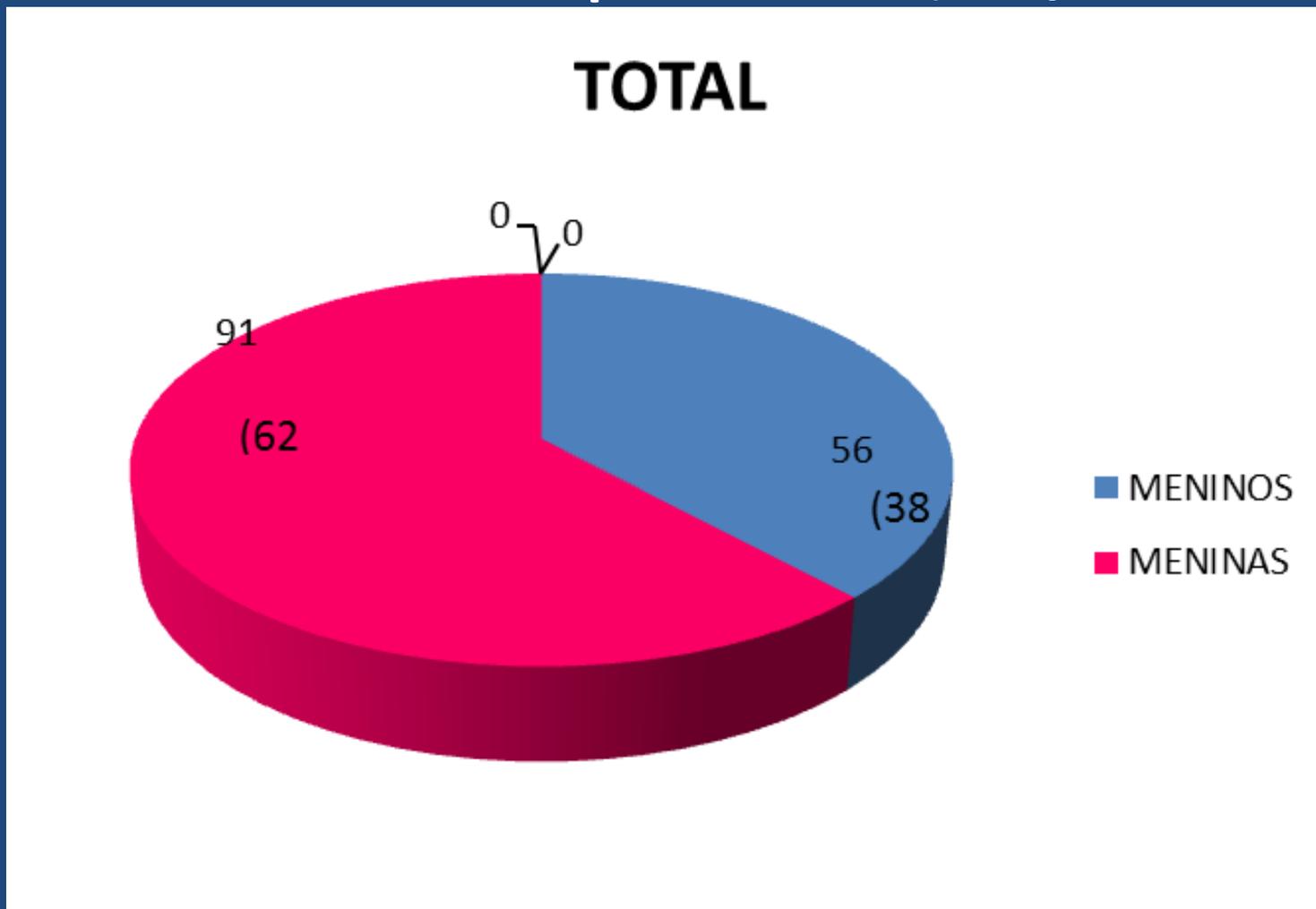
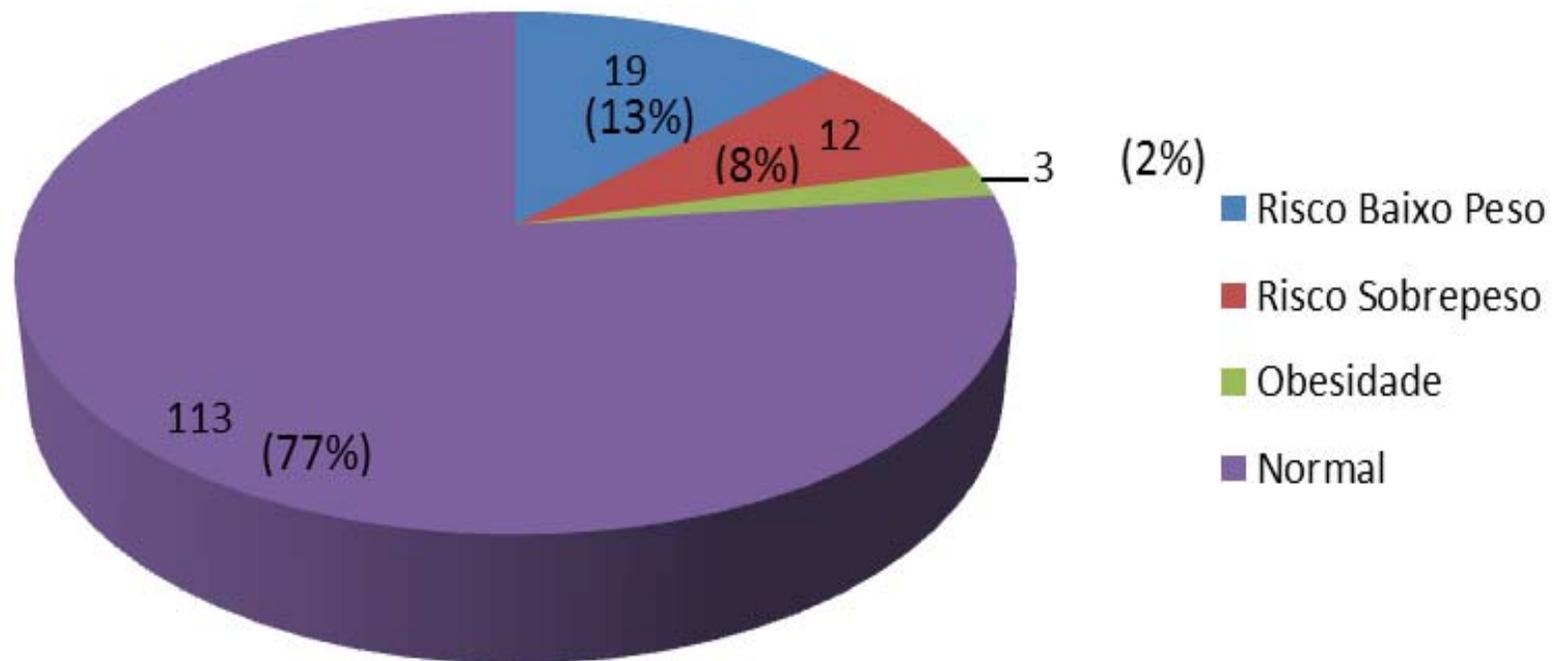


Gráfico: 2 – Resultados da avaliação antropométrica.

RESULTADOS



Como trabalhar Alimentação Saudável nesta Escola?

- Realizado uma reunião entre os setores já citados.
- Uma das sugestões do Programa Saúde da Escola (PSE) era a realização de uma Feira Gastronômica.
- Mas como realizar...
- Propostas...

OBJETIVOS

- Promover a Alimentação Saudável na Escola Municipal Renascer;
- Realizar ações de educação alimentar e nutricional, considerando os hábitos alimentares como expressão de manifestações culturais regionais e nacionais;
- Estimular à implantação de boas práticas de manipulação de alimentos para pais, profissionais e alunos em ambiente escolar e familiar;
- Monitorar a situação nutricional dos escolares;
- Monitorar pressão arterial e índices glicêmicos de alunos em situações de risco para hipertensão arterial e diabetes;

- **Monitorar a situação nutricional dos escolares;**
- **Divulgar a experiência da alimentação saudável para outras escolas e ESFs, trocando informações e vivências;**
- **Desenvolver um programa contínuo de promoção de hábitos alimentares saudáveis, considerando o monitoramento do estado nutricional das crianças, com ênfase no desenvolvimento de ações de prevenção e controle dos distúrbios nutricionais e educação nutricional;**
- **Estimular ações Inter setoriais e multiprofissionais;**
- **Buscar a aproximação com comunidade em geral, aumentando assim o vínculo entre saúde, educação e população.**



Escola Municipal Renascer

- A escola atende crianças que cursam o ensino fundamental. Com 147 alunos matriculados neste ano, de 5 a 11 anos.
- Foi o local onde foram desenvolvidas as ações: iniciou-se as atividades em março de 2012, a partir da adesão ao Programa Saúde na Escola – Semana Saúde na Escola.



AÇÕES

- Após a verificação dos dados, esses foram analisados e compilados com auxílio da nutricionista.



- Já com algum embasamento para prosseguir os trabalhos, o segundo passo foi fazer com que os alunos continuassem trabalhando a temática em sala de aula, com os professores. Cada turma ficou responsável em planejar uma atividade sobre alimentação saudável para apresentar no dia da I Feira Gastronômica. A escolha da atividade era livre, desde que relacionada à Alimentação Saudável. Os alunos tiveram o mês de junho para discutir e preparar alguma ação.
- Houve envolvimento de todas as matérias no preparo das atividades:

- **Matemática: Gráficos do consumo de carnes**
- **Ciências: canteiros de hortaliças e chás medicinais, higienização dos alimentos**
- **Artes e Educação Física: Teatro, Grupos de Danças**
- **Língua Portuguesa: os Cartazes**
- **Geografia: Distribuição Mundial do consumo de Proteínas, usando o Mapa Mundial.**

Convite

- Para o convite da I Feira Gastronômica, teve-se a ideia de realizar um concurso entre os alunos, onde os mesmos deveriam criar uma imagem de refeição que representasse a Alimentação Saudável. O desenho vencedor virou o convite da feira.

Convite vencedor



A equipe confeccionou materiais para divulgar e embelezar a escola para o grande dia.



No dia 09/07/2012, às 13:00 horas aconteceu a “I FEIRA GASTRONOMICA SAÚDAVEL NA ESCOLA MUNICIPAL RENASCER” NO MUNICÍPIO DE ITAIÓPOLIS/SC:



ATIVIDADES APRESENTADAS PELOS ALUNOS

- Pratos saudáveis, alimentos reaproveitados.
- ❖ Com auxílio das merendeiras e professores, os alunos elaboraram pratos saudáveis reaproveitando talos de verduras, salada e suco de frutas, chás fitoterápicos, casca de laranja açucarada. Esses alimentos foram oferecidos aos participantes para degustação.

Pratos saudáveis, alimentos reaproveitados.



Fotos: Itaiópolis/SC, 09/07/12

Teatro intitulado: “Chapeuzinho Vermelho e o Lobo Bom”, onde foram abordados questões sobre alimentação saudável.

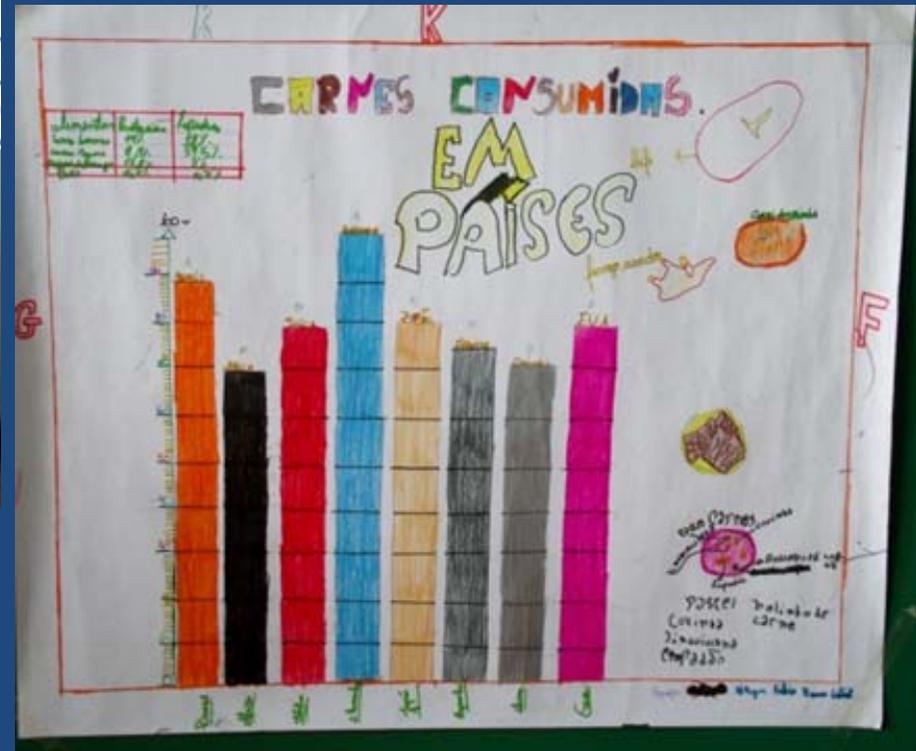


“Corpo Humano com Frutas e Verduras” Você é o come!



Foto: Itaiópolis/SC, 09/07/12

“Degustação de alimentos e “Gráfico de consumo de carnes no Mundo”



Fotos: Itaiópolis/SC, 09/07/12

“Cuidado com o consumo exagerado de alimentos e os Tipos de Leite (Proteínas)”



Fotos: Itaiópolis/SC, 09/07/12

“Demonstrando a Higienização dos Alimentos”



Foto:Itaiópolis/SC, 09/07/12

Orientações para o cultivo de canteiros de hortaliças e chás



“Apresentação da Música: Comer Comer”



Foto: Itaiópolis/SC, 09/07/12

Sala: Saúde Mais Perto de Você

**ESF CENTRAL II
SAÚDE MAIS
PERTO DE VOCÊ!**



- **Foram atendidas na sala da Saúde, 109 pessoas, as quais realizaram exames como: aferição de pressão arterial, glicemia capilar, peso, altura, índice massa corporal, orientação sobre os exames de mama e citopatológico de colo uterino, orientações sobre saúde bucal (com a colaboração de duas técnicas em saúde bucal), orientações sobre a etiqueta da tosse, higienização das mãos e entrega de folders sobre diversos assuntos para todos os convidados.**

Saúde Bucal



SAÚDE BUCAL

- Foram entregues a todos os alunos um kit de Saúde Bucal e orientações escovação correta.



Resultados

- **Compreendemos que a promoção a saúde se faz onde existam pessoas, famílias, e que a nossa sociedade está precisando de cuidados!**

- Trabalhar com crianças, em si, é algo inexplicável!
- A cada dia uma lição de vida. Aprendemos que elas têm muito a nos ensinar;
- Em cada sorriso, a cada abraço a sensação de ter feito a diferença para o melhor viver é a nossa recompensa!

CONCLUSÃO

- Sabemos que trabalhar com mudança de Hábitos demanda tempo e persistência!
- A Cultura local e o apelo da mídia (que atinge principalmente as crianças e adolescentes é nosso maior desafio!)
- Mas se queremos adultos saudáveis devemos concentrar nossos esforços nessa faixa etária, são eles os promotores de mudanças!
- Crianças saudáveis serão adultos saudáveis, produtivos e com uma melhor Qualidade de Vida!

REFERENCIAS

- GASTALDON B, MARTINS JC, POLTRONIÉRI KV. Obesidade Infantil: um problema do presente com olhares para o futuro promovendo o ser e a família saudável no cotidiano junto à enfermagem. Florianópolis: UFSC; 2007.
- BERGAMO, G. Um novo bicho-papão. Veja, São Paulo. v. 38. n. 33. p. 110 -111, ago. 2005.
- BOUGERT, Ir Monique Marie M. Programa Saúde da família Guia para o planejamento Local. São Paulo: Martinari, 2005.
- BRASIL. Cadernos de Atenção Básica. Saúde na Escola. Ministério da Saúde. Brasília-DF. 2008.
- _____. Decreto nº 6.286, de 5 de dezembro de 2007. Institui o Programa Saúde na Escola - PSE, e dá outras providências. Diário Oficial da União, Poder Executivo, Brasília, DF, 5 dez. 2007b.
- _____. Ministério da Saúde; Ministério da Educação. Programa Saúde na Escola.
- Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2008b.
- _____. Portaria inter ministerial nº- 1.010, de 8 de maio de 2006. Institui as diretrizes para a Promoção da Alimentação Saudável nas Escolas de educação infantil, fundamental e nível médio das redes públicas e privadas, em âmbito nacional. Brasília – DF. Disponível em: <http://dtr2001.saude.gov.br/sas/PORTARIAS/Port2006/GM/GM-1010.htm>. Acesso em julho 2013.

BIBLIOGRAFIA

- COUTINHO, W. O Consenso Latino- Americano em Obesidade. Arq Brás de End e Metab. V. 43. n. 1, p. 21-67. 1999.
- DATASUS.TABNET. Ministério da Saúde/Secretaria de Atenção à Saúde (SAS). Secretaria Estadual de Saúde de Santa Catarina. 2013. Disponível em http://200.19.222.8/cgi/tabcgi.exe?Ind_Mortalidade%_Causas/Ind_Mortalidade%_Causas_graf.def [Acessado em julho de 2013].
- GIARETTA, A. G. Família, Pessoa com Síndrome de Down e Nutricionista: ReSignificando o Ato de Comer. 2007. 205 f. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) – Curso de Pós-graduação em Enfermagem, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2007.
- HONORÉ, C. Devagar. Rio de Janeiro: Record. 2005.
- LAMOUNIER, J. A.; LEÃO. Nutrição na Infância. In: OLIVEIRA, J. E. D. de; MARCHINI, J. S. (Org). Ciências nutricionais. São Paulo : SARVIER, 1998. P. 217-237.
- SATARFIELD, B. Atenção Primária: Equilíbrio entre necessidades de Saúde, Serviços e Tecnologia: Brasília: ed. Brasileira, 2002.
- LUCKESKI, C. C.. Filosofia da Educação. ed. Cortez, 1994.
- VITOLO. M. Obesidade infantil. Nutrição: da Gestaçao ao envelhecimento. Rio de Janeiro, 2008.

Elaboração

- Equipe de Estratégia de Saúde da Família Central.
- Endereço: Rua Aloys Tyska, 250. Centro. Itaiópolis-SC
- CEP: 89.300-000.
- Responsáveis:
- Enfermeira: Antonia Cristiani Leandro
- Médica: Ana Cecília dos Santos Lopes

Colaboradores Equipe ESF Central e NASF

- Ana Maria Camargo - Aux. Enfermagem
- Bruna Marquetti – Agente Comunitário de Saúde
- Cristiane Vosniaki- Agente Comunitário de Saúde
- Iracema Max- Agente Comunitário de Saúde
- Jaqueline M Wagner- Agente Comunitário de Saúde
- Jussara F. Antico- Nutricionista NASF.
- Lucia W. Stolz – Téc. Enfermagem
- Marisa Korchagem- Agente Comunitário de Saúde
- Rosane L. T. Rogaleski- Agente Comunitário de Saúde

Demais colaboradores

- **Keli Vanessa Poltronieri: Coordenadora da Atenção Básica municipal.**
- **Greice Kelly Weinert: Técnica em Saúde Bucal.**
- **Cintia : Técnica em Saúde Bucal.**

ESF CENTRAL EM 2012





Saúder: Família

ESTRATÉGIA SAÚDE DA FAMÍLIA CENTRAL

MISSÃO

“Promover ações de saúde na atenção primária, integrada com a gestão pública, em benefício da população de forma ética e humanizada, com compromisso social e qualidade técnica.”



EQUIPE

VISÃO

“Ser reconhecido pela população da Área de Abrangência em promover a saúde, prevenir, recuperar e/ou reduzir os agravos, oferecendo trabalho técnico de qualidade e ético, dentro da Atenção Básica.”



GRUPO HIPERTENSOS E DIABÉTICOS



PSB

VALORES



FEIRA GASTRONÔMICA



GRUPO DE GESTANTE

“Criar vínculos entre a Equipe de Saúde da Família e comunidade local; acolhimento, humanização, respeito, integralidade; profissionalismo; qualidade e responsabilidade social; trabalho em Equipe; atenção centrada na pessoa, na família e na comunidade.”

ABERTURA DAS ATIVIDADES







TRABALHO DOS ALUNOS





CHÁS



ALECRIM

MUITO ÚTIL DA DEBILIDADE CARDÍACA, É EXCITANTE DO CORAÇÃO E DO ESTÔMAGO. COMBATE A FLATULÊNCIA, MALES DO FÍGADO, RINS E INTESTINOS.

O CHÁ É BOM PARA COMBATER A TOSSE, ASMA, GRIPE. EM BANHOS ALIVIA O REUMATISMO E CURA FERIDAS.





CARNES CONSUMIDAS

Brazil - A carne mais consumida no Brasil é a carne bovina - no Brasil 98% consomem carne.

Europa - Na Europa consomem carne de coelho etc.

Italia - Na Italia consomem carne de porco e bovina: 79%.

Japão - No Japão consomem carne de suco e carne de vaca: 90%.

Coreia do Sul - Na Coreia do Sul consomem 100% carne de vaca.

Espanha - Na Espanha 81% consomem carne bovina.

China - Carne mais consumida no mundo é a carne bovina, frango e suco, comido mais de 6 milhões de toneladas por ano.

EUA - É o maior consumidor de carne: 81 milhões de toneladas por ano.

AVE

SUINA

País	Consumo (milhões de toneladas)
BRA	98
EUROPA	79
JAPÃO	90
Coreia do Sul	100
Espanha	81
China	6
EUA	81

BOVINA

OVINIA

Porcentagem de carne por país

BRA	93%	○ Brasil produz 93% de carne.
ESP	87%	○ Espanha produz 87% de carne.
USA	69%	○ USA produz 69% de carne.
POR	45%	○ Portugal produz 45% de carne.
AFR	32%	○ África produz 32% de carne.

Tipos de carne:

OVO

OVO de cozida

OVO de galinha

OVO de galinha frito















TRABALHAMOS COM O INVISÍVEL



PREVINA-SE COM HÁBITOS SIMPLES



Cobrir nariz e boca com um lenço quando tossir ou espirrar. Preferencialmente com lenço descartável.



Jogar o lenço no lixo após o uso.



Lavar as mãos constantemente com água e sabão, especialmente depois de tossir ou espirrar.



Usar produtos à base de álcool para limpar as mãos, se estiver longe de uma torneira.



Evitar tocar olhos, nariz ou boca. Os germes se espalham desse modo.



Evitar contato próximo com pessoas doentes.

HIGIENE RESPIRATÓRIA ETIQUETA DA TOSSE



ESTÁ GRIPADO? VALE A PENA SEGUIR ESTES CONSELHOS:

- ❑ Cubra a boca e o nariz com um lenço quando tossir ou espirrar.
- ❑ Coloque o lenço usado no lixo.
- ❑ Se não dispuser de lenço, tussa ou espirre no seu antebraço, não em suas mãos, que são importantes veículos de contaminação.
- ❑ Limpe as mãos depois de tossir ou espirrar, lavando-as imediatamente.
- ❑ Lave as mãos com água e sabão frequentemente, secando-as com papel toalha.
- ❑ Evite sair de casa enquanto estiver com sintomas de gripe.
- ❑ Mantenha-se distante de locais com aglomerações de pessoas.

São atitudes simples e fáceis de tomar no dia-a-dia que podem evitar a disseminação de vírus, bactérias e a ocorrência de infecções respiratórias.

Secretarias
Municipais de Saúde



Secretaria de
Estado da Saúde



EQUIPE ESF/NASF 2013



- **NOSSO MUITO OBRIGADA A TODOS AQUELES QUE COLABORARAM PARA QUE O EVENTO FOSSE UM SUCESSO!**



ESF CENTRAL

