

Eixo temático: Saúde e Nutrição de Grupos Populacionais

RELATO DE EXPERIÊNCIA: AÇÃO EXTENSIONISTA DE ORIENTAÇÃO SOBRE DIABETES EM SALA DE ESPERA DE UBS

Gustavo Pires Tenório¹; Paola Tainá Cova de Oliveira²
e Leivys Henrique Silva Santos³

Introdução: O diabetes mellitus é uma doença crônica que afeta milhões de pessoas globalmente e representa um desafio crescente para a saúde pública (MIRANDA, 2021). No Brasil, a prevalência tem aumentado significativamente, sendo necessário investir em ações de prevenção e promoção da saúde. A educação alimentar e nutricional constitui ferramenta essencial para capacitar a população a adotar hábitos saudáveis, reconhecer sinais de risco e prevenir complicações associadas à doença (FRANÇA et al., 2017). As Unidades Básicas de Saúde (UBS) são espaços estratégicos para desenvolver ações educativas, devido à proximidade com a comunidade e à diversidade de usuários (TORRES et al., 2010). Interações diretas com os pacientes, inclusive em salas de espera, permitem esclarecer dúvidas, corrigir informações incorretas e estimular práticas de autocuidado. Diante desse cenário, foi proposta uma ação extensionista em educação em saúde, conduzida por acadêmicos de Nutrição sob supervisão docente. **Relato de Experiência:** A ação ocorreu nos dias 6 e 7 de maio de 2025 em Unidades Básicas de Saúde de uma região da Bahia, vinculada à disciplina de Dietoterapia I e supervisionada pelo docente responsável. Teve como objetivo principal informar e conscientizar pacientes sobre o diabetes mellitus, abordando tipos, fatores causais, prevenção e tratamento, com ênfase na alimentação saudável como estratégia de controle e promoção da saúde. Na preparação, os acadêmicos participaram de atividades de aperfeiçoamento prático, exercícios de docência simulada e leitura de artigos científicos, o que favoreceu segurança na transmissão do conteúdo. Para a execução, foram divididos em quatro equipes, cada uma destinada a diferentes postos de saúde, ampliando o alcance da ação. A metodologia adotada

¹ Discente do curso de Nutrição do Centro Universitário do Rio São Francisco (UNIRIOS) - piresgustavo21@gmail.com

² Discente do curso de Nutrição do Centro Universitário do Rio São Francisco (UNIRIOS)

³ Mestre em ciências cardiovasculares (UFF), Docente de curso Nutrição do UNIRIOS. leivys.santos@unirios.edu.br

consistiu em utilizar as salas de espera das UBS como espaço educativo. Nesse ambiente, os estudantes dialogaram com os pacientes de forma acessível e interativa, esclarecendo dúvidas, compartilhando informações e estimulando práticas de autocuidado relacionadas ao diabetes.

Resultados Alcançados: A intervenção possibilitou contato direto com a comunidade, promovendo escuta e troca de saberes. Houve interesse da população em compreender melhor a doença, sobretudo quanto à alimentação e hábitos preventivos. Para os acadêmicos, destacou-se o ganho de experiência prática, desenvolvimento de habilidades comunicativas e valorização do papel do nutricionista como educador em saúde. **Discussões:** Os resultados evidenciam que atividades educativas em espaços estratégicos, como salas de espera, têm grande potencial de alcance e efetividade. A ação reforça a integração entre teoria e prática, permitindo aplicação do conhecimento em situações reais e fortalecendo o vínculo entre universidade e comunidade. A preparação prévia por meio de leituras e práticas simuladas foi essencial para a qualidade da intervenção, garantindo segurança nas orientações e maior interação com o público.

Considerações finais: A experiência demonstra que iniciativas simples, quando bem estruturadas, podem gerar impactos significativos para a comunidade e para a formação acadêmica. A ação contribuiu para conscientizar a população sobre o diabetes mellitus e reforçou a importância da prevenção e do cuidado alimentar. Conclui-se que o nutricionista exerce papel central na promoção da saúde e que a extensão universitária é ferramenta essencial para aproximar o conhecimento científico das demandas sociais.

Palavras-chave

Diabetes mellitus. Educação em saúde. Extensão universitária. Atenção Básica.

Referências

FRANÇA, C. J. et al. Estratégias de educação alimentar e nutricional na Atenção Básica: revisão sistemática. **Saúde Debate**, v. 41, n. esp, p. 110-121, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sdeb/a/zcPb36wCbgPrYxRZrkycCQk/?lang=pt>. Acesso em: 10 set. 2025.

MIRANDA, W. D. Educação alimentar e nutricional no contexto da Atenção Primária à Saúde. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 37, n. 3, p. e00085220, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cadsc/a/8FYVxzht3NRP4crgkJDKnXQ/?lang=pt>. Acesso em: 10 set. 2025.

PEREIRA, A. da S. et al. **Educação em saúde no manejo do diabetes tipo 2: um relato de experiência na atenção primária em saúde**. Revista JRG de Estudos Acadêmicos, São

Paulo, v. 8, n. 19, p. e082311, jul. 2025. DOI: <https://doi.org/10.55892/jrg.v8i19.2311>. Disponível em: <https://revistajrg.com/index.php/jrg/article/view/2311>. Acesso em: 6 set. 2025.

TORRES, H. C. et al. Capacitação de profissionais da atenção primária à saúde para o cuidado de pessoas com diabetes mellitus. **Atenção Primária em Saúde**, v. 32, n. 1, p. 45-52, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ape/a/zRzxRy5D93M8WSHxrtFNyfQ/?lang=pt>. Acesso em: 10 set. 2025.