

## Avaliação da efetividade da difusão de conhecimento teórico-científico de nutrição e alimentação saudável para alunos, residentes e profissionais da área da saúde da UNICAMP

Karla Morais Nogueira\*, Ana Paula Rios, Natália Ferreira Mendes, Lício Augusto Velloso

### Resumo

Promover, reparar e cuidar da saúde da população é, sobretudo, uma das maiores aspirações dos profissionais de saúde. Todavia, contra-intuitivamente, o estilo de vida de grande parte desses não condiz com as recomendações e orientações que fazem aos seus pacientes. Uma das consequências disso é o aumento da incidência de sobrepeso e obesidade que vem sendo observado nas últimas décadas, não apenas nos profissionais da área da saúde, como também em alunos e residentes nessa área. Diante dessa realidade, na primeira etapa deste estudo foram coletados vários dados sobre os hábitos de vida dos alunos, residentes e profissionais de saúde da UNICAMP e aplicado um questionário com perguntas sobre nutrição e alimentação saudável. A partir das informações obtidas foram utilizadas três estratégias de difusão de conhecimento sobre esses temas: (1) vídeo-animação, (2) panfleto, e (3) aulas expositivas. Na última fase do projeto, ainda em andamento, será avaliado, através de questionário, se os métodos de difusão de conhecimento escolhidos foram eficazes para influenciar positivamente na adoção de hábitos de vida saudáveis ou, pelo menos, contribuíram com a aquisição de novos conhecimentos acerca da alimentação saudável.

### Palavras-chave:

*Difusão de conhecimento, Alimentação saudável, Profissionais da saúde*

### Introdução

A prevalência de sobrepeso e obesidade vem aumentando em alunos, residentes e profissionais da área da saúde. O estresse do ambiente de trabalho/estudo favorece a adoção de hábitos alimentares pouco saudáveis por essa população, resultando em aumento do peso corporal e no desenvolvimento de complicações metabólicas associadas. Essa situação é dicotômica, pois embora eles recomendem aos seus pacientes a adoção de hábitos de vida saudáveis, acabam sendo negligentes com a própria saúde. Diante disso, é de suma importância avaliar como são os hábitos de vida dessa população-alvo e, a partir disso, criar estratégias de difusão de conhecimento eficazes, que promovam não apenas a conscientização sobre os temas em questão, mas também estimulem mudanças de hábitos.

### Resultados e Discussão

Na primeira fase do projeto foram entrevistados 159 alunos, residentes, e profissionais da área da saúde da UNICAMP. Os resultados preliminares da primeira fase apontam que 31,5% da população-alvo do estudo ingerem mais de 5 porções de doces por semana; 40% não realizam qualquer tipo de atividade física; 43% não se alimentam bem, mesmo sabendo da importância disso; 45% raramente lêem os rótulos dos produtos; 49% ingerem apenas uma porção de fruta por dia; 50% pioraram a alimentação após ingressarem na UNICAMP; 71% alegam não se alimentar bem por falta de tempo; e 75% nunca ouviram falar sobre o *Guia Alimentar para a População Brasileira*.

Na segunda fase deste projeto foram realizados 3 estratégias de difusão de conhecimento: (1) elaboração e divulgação de um vídeo-animação para toda a comunidade de alunos e profissionais da UNICAMP, (2) elaboração e

entrega de panfletos ao redor do Hospital de Clínicas e da Faculdade de Ciências Médicas da UNICAMP, e (3) realização de aulas expositivas para uma parcela aleatória desse público-alvo. A eficácia dessas intervenções será avaliada na terceira etapa do projeto através de um questionário. Apesar do estudo ainda não ter sido concluído, observou-se, até o momento, que uma parcela significativa da amostra avaliada necessita ter contato com novas estratégias de disseminação de conhecimento sobre nutrição e alimentação saudável para que, assim, sejam sensibilizadas a adotar novos hábitos.

### Conclusões

Os dados obtidos na fase inicial deste estudo justificam e suportam a necessidade de se criar estratégias de difusão de conhecimento sobre nutrição e alimentação saudável mais eficazes para a população-alvo do estudo.

### Agradecimentos

Fundação de Apoio à Pesquisa do Estado de São Paulo – FAPESP (Processo 2017/15382-7)

Perry, M.Y.; Osborne, W.E. Health and wellness in residents who matriculate into physician training programs. *Am J Obstet Gynecol.* v. 189, n. 3, p. 679-83, 2003.

Sousa, R.M.R.P.; Sobral, D.P.; et al. Prevalência de sobrepeso e obesidade entre funcionários plantonistas de unidades de saúde de Teresina, Piauí. *Rev. Nutr.* v. 20, n. 5, p. 473-482, 2007.

Tanaka, M.; Mizuno, K.; et al. Relationships between dietary habits and the prevalence of fatigue in medical students. *Nutrition.* v. 24, n. 10, p. 985-9, 2008.