



BOLETIM INFORMATIVO

Vigilância Alimentar e Nutricional

PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO
SAUDÁVEL EM GOIÁS

Outubro a Dezembro de 2016 – ano IV, nº4

Nesta edição

- II Oficina de Avaliação e Capacitação sobre a Estratégia de Fortificação da Alimentação complementar (NutriSus)
- II Oficina de Capacitação de Multiplicadores para a Promoção de Práticas Alimentares Saudáveis e Prevenção do Câncer
- I Oficina de Avaliação de Instrumento de Prescrição Dietética do Nutricionista no SUS
- Bebidas doces influenciam no desenvolvimento do sobrepeso e obesidade
- Constipação intestinal – como saber se estou com constipação intestinal
- Avaliação de saúde dos idosos da associação dos idosos do Brasil – unidade Goiás
- Alimentação como melhoria de saúde e prevenção de câncer

II Oficina de Avaliação e Capacitação sobre a Estratégia de Fortificação da Alimentação Complementar (NutriSus)

Alessandra Ferreira da Silva

No dia 7 de novembro aconteceu a II Oficina de Avaliação e Capacitação sobre a Estratégia de fortificação da alimentação complementar (NutriSus). A Oficina foi organizada pela CVN com a participação da Nutricionista da Coordenação Geral de Alimentação e Nutrição (CGAN) Michelline Gomes Campos da Luz do Ministério da Saúde (MS). Na Oficina contou com 37 participantes de 23 municípios, com o das Secretarias Municipais de Saúde (SMS) e de Educação (SME) responsáveis pela execução da estratégia, **sendo 35 SMS que repactuaram em 2016**. Foi discutido sobre as principais dificuldades e facilidades para a implementação do programa.

Principais dificuldades: falta de comunicação entre as duas frentes, Secretaria de Educação e Secretaria de Saúde, a falta de funcionários na produção e distribuição das refeições inviabilizando a administração do sachê de micronutrientes, a dificuldade do preenchimento do termo de consentimento e da ficha de controle.





II Oficina de Avaliação e Capacitação sobre a Estratégia de fortificação da alimentação complementar (NutriSus)

Alessandra Ferreira da Silva

Sugestões:

Secretaria de Estado da Saúde do Estado: Implementar estratégias de enfrentamento dos problemas encontrados, a partir das experiências relatadas pelos participantes e também ao relembrar as estratégias ministradas nos cursos de qualificação dos responsáveis.

Foi acordado com os participantes que haveria entrega de materiais informativos como cartilha e infográfico, para viabilizar a implementação de programa no próximo ano.



Avaliação e Encaminhamentos:

A equipe CVN ficou responsável pela elaboração de materiais técnicos - educativos como folder, infográfico, cartilha por meio eletrônico para viabilizar o programa no próximo ano.

Os municípios por meio das Regionais de Saúde deverão encaminhar os planos de ação (Segundo Planilha modelo) até dia 10/12/16 – nutrisusgoias@gmail.com.

A Oficina foi muito bem avaliada pelos participantes os quais elogiaram a palestra ministrada, a metodologia empregada e as estratégias sugeridas para a implementação.

Saiba mais:

http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/caderno_orientacoes_nutrisus.pdf



II Oficina de Capacitação de Multiplicadores para a Promoção de Práticas Alimentares Saudáveis e Prevenção do Câncer

Geame Fialho da Costa

Foi realizada nos dias 8 à 10 de novembro de 2016, em Goiânia, a II Oficina de capacitação de multiplicadores para a promoção de práticas alimentares saudáveis e prevenção do câncer organizada pela Coordenação de Vigilância Nutricional GVE/SUVISA/SES-GO em parceria com a Unidade Técnica de Alimentação, Nutrição e Câncer do INCA e a Secretaria de Saúde do Estado de Goiás. Foram capacitados 78 multiplicadores de 51 municípios do Estado de Goiás. A oficina objetivou ampliar o reconhecimento social da relação entre a alimentação, nutrição, atividade física e o desenvolvimento de câncer, promovendo articulações entre municípios, regionais de saúde e setores das SES-GO.

A oficina foi essencial para firmar o vínculo entre os participantes e os setores/municípios que eles representam. Por meio de um clima acolhedor discutiram assuntos relacionado à alimentação e prevenção de câncer .



Objetivos específicos da Oficina

- Analisar concepções prévias de profissionais de saúde sobre a relação entre câncer, alimentação e nutrição
- Identificar recomendações de promoção da saúde e de prevenção de câncer por meio da alimentação, nutrição e atividade física importantes ao estado
- Planejar de forma conjunta com os profissionais de saúde estratégias e ações, intra e intersetoriais, de prevenção de câncer por meio da alimentação, nutrição e atividade física envolvendo outros profissionais e a população
- Contribuir para o aumento do consumo de alimentos protetores e a redução da exposição daqueles que representem fatores de risco de câncer na população

Registro fotográfico dos facilitadores e multiplicadores formados na oficina:



Saiba mais: <http://www2.inca.gov.br/wps/wcm/connect/cancer/site/prevencao-fatores-de-risco/alimentacao>



I Oficina de Avaliação de Instrumento de Prescrição Dietética do Nutricionista no SUS

Valéria Correa Mendes

No dia 11 de novembro de 2016, ocorreu no auditório da Faculdade de Odontologia da Universidade Federal de Goiás a I Oficina de avaliação de instrumento de prescrição dietética do nutricionista no SUS em parceria com o Ministério da Saúde e Conselho Regional de Nutricionistas 1º região, tendo como objetivo a avaliação do material de prescrição dietética do nutricionista no SUS elaborado pelo Ministério da Saúde.

A oficina contou com a presença de acadêmicos de nutrição, docentes em nutrição, nutricionistas dos 17 municípios (Aloândia de Goiás, Aparecida de Goiânia, Catalão, Goiânia, Goianésia, Indiara, Itapuranga, Jussara, Nerópolis, Pirenópolis, Posse, Quirinópolis, Santa Barbara de Goiás, Santa Rita do Novo Destino, São Luís de Montes Belos, Pontalina e Mairipotaba), além de nutricionistas do Ministério da Saúde, Secretária de Estado da Saúde de Goiás e do CRN 1º região, totalizando 54 participantes.

As sugestões construídas em grupos neste dia serão utilizadas para aprimorar o conteúdo, apresentação e formato do material. Tais sugestões serão lançadas no FormSUS. Abaixo listamos algumas sugestões:

- “Padronizar o termo: Planejamento Alimentar e Nutricional e incluir nessa expressão a palavra ORIENTAÇÃO. Sugerimos que seja um termo usado ao longo do material”.
- Sugerimos que o quadro: fatores que interferem nas Escolhas Alimentares dos Indivíduos, seja incluído outro determinante -> Representatividade do alimento para cada indivíduo (Psicológica e Emotiva).
- Discorrer sobre a importância do sistema alimentar no capítulo 1, visto que é o capítulo que contempla essa abordagem”.
- Disponibilizar para o SUS para estimativa da dieta e quantitativo de nutrientes.

Deixe suas sugestões neste link:

http://formsus.datasus.gov.br/site/formulario.php?id_aplicacao=27510



Saiba mais: <http://www.saude.gov.br/public/media/bMpwTM1cVuHFE7/11221002244421641244.pdf>

Superintendência de Vigilância em Saúde - Av. 136, Ed. César Sebba St. Sul Goiânia - GO
CEP: 74.093-280 - (62) 3201-3593 - cvngoias@gmail.com



AVALIAÇÃO DE SAÚDE DOS IDOSOS DA ASSOCIAÇÃO DOS IDOSOS DO BRASIL – UNIDADE GOIÁS

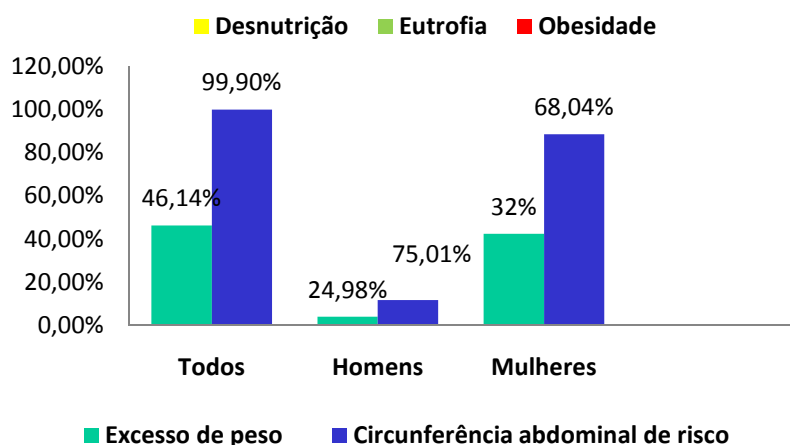
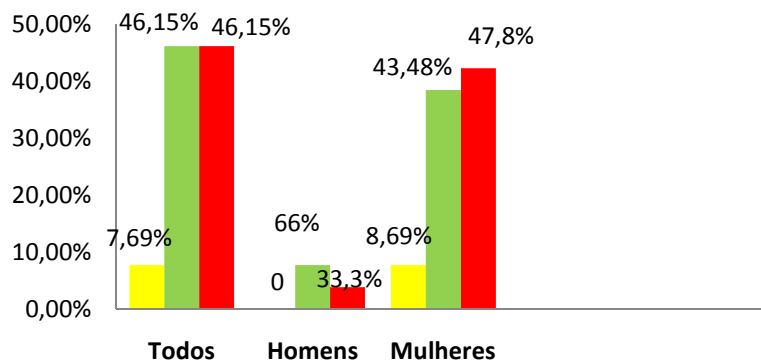
Luana Pereira dos Santos

COORDENAÇÃO DE VIGILÂNCIA NUTRICIONAL - GO

No dia 29 de Setembro de 2016 foi comemorado o Dia Internacional do Idoso. Data escolhida para realização de evento comemorativo promovido pela Coordenação da Saúde do Idoso na Associação dos idosos do Brasil (AIB), evento no qual as estagiárias de nutrição da UFG e a coordenação de vigilância nutricional e da nutricionista da coordenação, desenvolveu a avaliação de saúde dos idosos com aferição de peso, altura, e circunferência abdominal, também foi calculado o IMC ajustado para idade e em seguida foram realizadas orientações utilizando-se de folders informativos sobre alimentação saudável.

Resultados obtidos

Foram atendidos 26 idosos sendo possibilitando um comparativo entre excesso de peso, circunferência abdominal e sexo. Onde o público alvo da ação pontual é um público de risco que necessita de maior acompanhamento para o combate ao sobrepeso e obesidade.



Analisando o gráfico a esquerda é possível observar a grande prevalência de sobrepeso, principalmente nas mulheres, podendo ser decorrente de maus hábitos alimentares e sedentarismo devido à limitações nas condições de saúde, conforme encontrado em pesquisas sobre o tema.

Saiba mais: http://189.28.128.100/nutricao/docs/geral/orientacoes_basicas_sisvan.pdf



COORDENAÇÃO DE VIGILÂNCIA
NUTRICIONAL - GO

BEBIDAS DOCES INFLUENCIAM NO DESENVOLVIMENTO DO SOBREPESO E OBESIDADE

Valéria Correa Mendes

Organização Mundial da Saúde (OMS) recomendou um aumento de 20% no preço de diversos tipos de bebidas doces como estratégia para redução em seu consumo, almejando entre outros objetivos, diminuir a prevalência de sobrepeso e obesidade. Atualmente, 51% da população adulta do Centro-Oeste apresenta excesso de peso e 13,3% obesidade (POF, 2008 – 2009).

As prevalências de CONSTIPAÇÃO INTESTINAL variam entre 2,6% e 30,7%, conforme indicam alguns estudos (SCHMIDT; SANTOS, 2016; JUN, et al., 2006) Mas atenção! o sexo feminino e a idade avançada se destacam como fatores associados (JUN, et al., 2006). Leia ao lado como se prevenir e evite sentir este desconforto.

CONSTIPAÇÃO INTESTINAL

Como saber se estou com CONSTIPAÇÃO

Entende-se por constipação o indivíduo que tem menos de uma defecação em cada três dias e que se esforça frequentemente para expulsar fezes duras, acometendo com maior frequência indivíduos do sexo feminino.

Valéria Correa Mendes

O QUE CAUSA

Entre as causas encontramos:

- BAIXO consumo de alimentos a base de FIBRAS;
- USO de LAXANTES.

COMO EVITAR?

Os alimentos fonte de fibras apresentam ação preventiva no desenvolvimento de constipação

FONTE DE FIBRAS

Cereais de grão inteiro ou derivados, de preferência integrais; farelo; couves; favas; leguminosas secas; peras; ameixas; uvas; maçãs

VOCÊ SABIA?

Deve-se sempre associar a ingestão de alimentos ricos em fibras com a ingestão abundante de água, imprescindível para a ação da fibra a nível cólico

MAS, ATENÇÃO!

As fibras podem impedir a absorção de alguns medicamentos, recomendando administrá-los fora das refeições

DICA

- Realize as refeições em ambientes tranquilos e mastigue bem todos os alimentos
- Pratique exercício físico frequentemente (bicicleta, ginástica, caminhadas)

BENEFÍCIO

Consumir alimentos fonte de fibras, além de prevenir a constipação intestinal, favorece a saúde intestinal, pois estimula a seletividade a proliferação e/ou atividade de população de bactérias desejáveis no cólon



Para consultar a matéria na íntegra, acesse: <https://nacoesunidas.org/oms-sugere-aumento-de-tributos-para-reduzir-consumo-de-bebidas-acucaradas/>



ALIMENTAÇÃO COMO MELHORIA DE SAÚDE E PREVENÇÃO DE CÂNCER

Valéria Correa Mendes



Os meses de outubro e novembro são marcados por campanhas contra os cânceres de maior incidência entre homens e mulheres, a saber: câncer de próstata e de mama, assim, as estagiárias de Nutrição da UFG vinculadas à CVN executaram uma atividade de Educação Alimentar e Nutricional para os servidores da Gerência de Vigilância Epidemiológica (GVE), nos dias 3 e 4 de novembro de 2016.

Neste evento houve a participação de 20 mulheres e 6 homens, representando 20% do total de servidores (nº130), com idade entre 28 e 66 anos, dos quais 57% e 84% haviam realizado o exame preventivo de câncer de próstata e mama, respectivamente. Estima-se que haverão aproximadamente 61.200 casos novos de câncer de próstata e 57.960 casos novos de câncer de mama no Brasil em 2016 (BRASIL, 2015). Hábitos alimentares saudáveis, como o consumo diário de frutas, vegetais e cereais, podem contribuir para a prevenção do câncer (OMS, 2003), pois estes alimentos são considerados protetores por conterem antioxidantes que auxiliam o sistema imunológico (MACHADO, 2005; COSTA, 2009).



Fonte: BRASIL. INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA. *Estimativa 2016: incidência de câncer no Brasil* / Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva. Rio de Janeiro: INCA, 2015. Disponível em: <<http://www.inca.gov.br/estimativa/2016/estimativa-2016-v11.pdf>>. Acesso em: 24 de nov. de 2016.
ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. *Dieta, nutrição e prevenção de doenças crônicas*: relato de um conjunto de especialistas FAO/ Consulta (Relatório 916). Genebra: OMS, 2003. Disponível em: <http://who.int/nutrition/publications/pressrelease32_pt.pdf>. Acesso em: 02 de nov. de 2016.
COSTA, P. R. F.; MONTEIRO, A. R. G. *Benefícios dos antioxidantes na alimentação*. Revista Saúde e Pesquisa, Maringá, v. 2, n. 1, p.87-90, jan./abr. 2009. Disponível em: <<http://periodicos.unicesumar.edu.br/index.php/saudepsa/article/view/996/727>>. Acesso em: 02 de nov. de 2016.
MACHADO, F. M. S.; SIMÕES, A. N. *Análise custo-efetividade e índice de qualidade da refeição aplicados à Estratégia Global da OMS*. Revista de Saúde Pública, São Paulo, v. 42, n. 1, p. 21-26, fev.2005. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rsp/v42n1/6073.pdf>>. Acesso em: 02 de nov. de 2016.

* As ilustrações deste boletim informativo foram extraídas da rede de internet utilizando-se como buscador as palavras: "alvo", "frutas e verduras", "beber água", "andar de bicicleta" e "câncer de mama e próstata".

CRÉDITOS

Superintendência de Vigilância em Saúde
Gerência de Vigilância Epidemiológica
Coordenação de Vigilância Nutricional



SECRETARIA
DE ESTADO DA SAÚDE



AUTORIA

Valéria Correa Mendes
Alessandra Ferreira da Silva
Geame Fialho da Costa
Luana Pereira dos Santos
Maria Janaína Cavalcante Nunes