

EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL APLICADA EM UM GRUPO DE IDOSOS DA CIDADE DE CRUZ DAS ALMAS-BA

Dayane Cardoso de Santana*
Sthefane Pires dos Santos*
Láiza Alana Simões da Silva Machado*
Larissa Tannus Rebouças**
Helena Maia Almeida***

Segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), o Brasil envelheceu em mais de 30 anos entre os anos de 1940 e 2016, e dentre os fatores que influenciam a maior expectativa de vida está o avanço tecnológico na área da saúde. É importante o desenvolvimento de práticas e novas metodologias para auxiliar na melhoria da expectativa e qualidade de vida dessa população. Assim, a educação nutricional se configura como uma importante estratégia de promoção da saúde e tem como objetivo transmitir conhecimentos da ciência da nutrição, independente da faixa etária e classe social. Nesse sentido, o trabalho tem como objetivo verificar a eficácia da Educação Alimentar e Nutricional (EAN) na melhoria dos conhecimentos à cerca de saúde e nutrição. O estudo trata-se de uma intervenção com abordagem quantitativa, realizado na Sociedade dos Artífices, com integrantes do Grupo Bom Viver. Aconteceram 5 (cinco) encontros durante o mês de setembro de 2018. Foi aplicado um questionário no primeiro encontro, logo após foram feitas ações de EAN e no último encontro foi reaplicado o questionário. A análise descritiva foi feita por meio do software StatisticalPackage for Social Science for Windows (SPSS), versão 17.0. O grupo possui 110 idosos, porém só participaram da pesquisa 58 (52,72%), os demais foram excluídos devido aos critérios de exclusão. Dentre os participantes, 46 (79,31%) são do sexo feminino, e 12 (20,68%) do sexo masculino, com faixa etária entre 62 e 92 anos. Em relação ao estado civil verificou-se que 21 (36,2%) são casados, 07 (12,06%) solteiros, 04 (6,89%) divorciados e 26 (44,82%) viúvos. Foi possível observar que a intervenção nutricional foi capaz de promover mudanças favoráveis nos hábitos alimentares, dessa forma, a EAN realizada nesse grupo foi importante e deve ser continuada no intuito de promoção de saúde e prevenção de doenças.

Palavras-chave: Envelhecimento, idosos, educação alimentar e nutricional

*Graduandas de Nutrição da Faculdade Maria Milza. E-mail: dayane_cardosodesantana@yahoo.com.br; sthefane_pires@hotmail.com; machado.laiza@gmail.com

**Mestre em Alimentos, Nutrição e Saúde pela Escola de Nutrição da Universidade Federal da Bahia. Docente da Faculdade Maria Milza. E-mail: issatannus@gmail.com

***Especialista em Nutrição Clínica pela Instituição de Ensino Universidade do Estado da Bahia. Docente da Faculdade Maria Milza. E-mail: helena.malmeida@hotmail.com