



# BOLETIM INFORMATIVO

## Vigilância Alimentar e Nutricional

PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO  
SAUDÁVEL EM GOIÁS

abril a junho de 2016 – ano IV, nº2

### Nesta edição

- Programa Nacional de Suplementação de Vitamina A no Estado de Goiás no ano de 2015

- Atuação do Nutricionista no NASF (Núcleo de apoio à Saúde da Família)

- Parar de fumar engorda?

### CVN em ação:

- Participação da CVN na capacitação sobre a “Abordagem intensiva do fumante”

- Região de Saúde Oeste II: Reunião sobre as ações de alimentação e nutrição no SUS

- Oficina de formação de tutores da Estratégia Amamenta e Alimenta Brasil em Aparecida de Goiânia

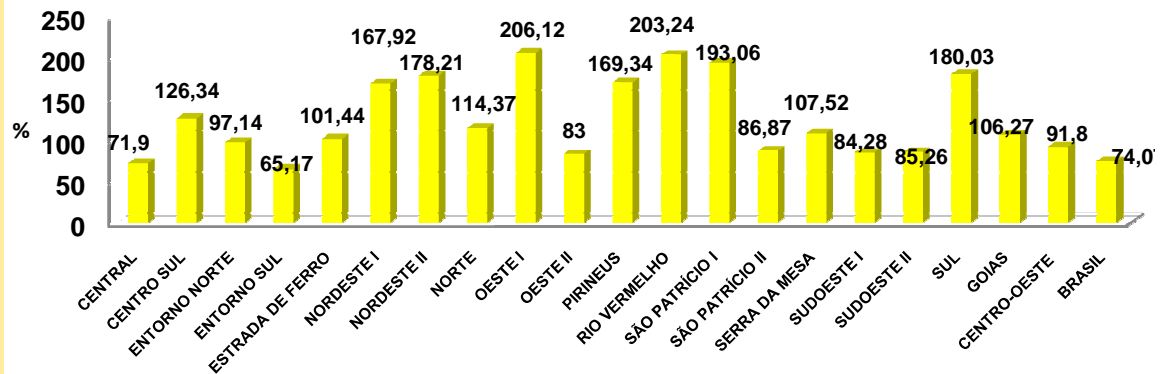
## Programa Nacional de Suplementação de Vitamina A no Estado de Goiás no ano de 2015

A deficiência de Vitamina A é uma das mais importantes deficiências nutricionais em países em desenvolvimento. A suplementação oral é a melhor estratégia pra prover a Vitamina A em indivíduos com risco, e, se não realizada, pode ocorrer deficiência prolongada dessa vitamina podendo causar xerofthalmia e cegueira noturna.

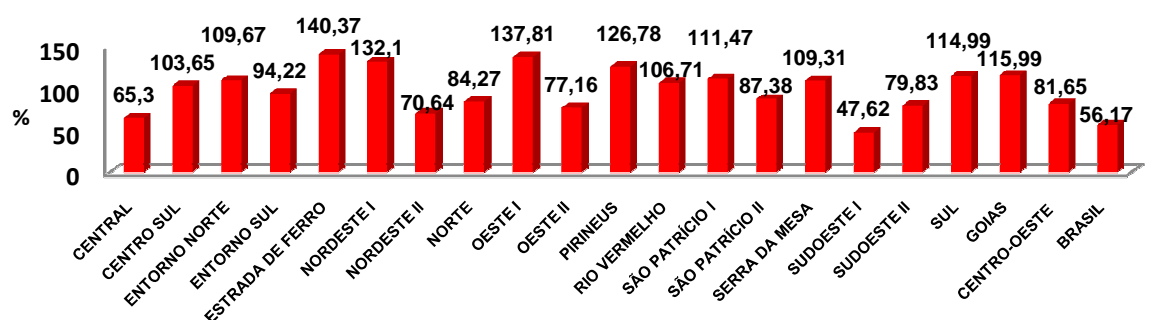
No que se refere as dosagens recomendadas pelo Programa Nacional de Suplementação de Vitamina A (PNSVA), crianças de 6-11 meses recebem uma megadose única (100.000 UI) e crianças de 12-59 meses recebem uma megadose (200.000 UI) a cada 6 meses. Os suplementos são oferecidos gratuitamente nas UBS nos 236 municípios do Estado.

Após análise dos resultados da distribuição dos suplementos disponíveis no relatório público do Sistema de Vita A, foi constatado eficácia no alcance da meta de cobertura na dose única de 6-11 meses. Apenas as regiões Central e Entorno Sul ficaram abaixo de 80% de cobertura e, ainda assim, não foi um número tão insatisfatório, 71,9 % e 65,7%, respectivamente. Na primeira dose para crianças de 12-59 meses cinco regionais não atingiram a meta de 80% de cobertura. Já na dose 2 em crianças de 12-59 meses dez regionais não alcançaram conforme apresentado nas figuras à seguir:

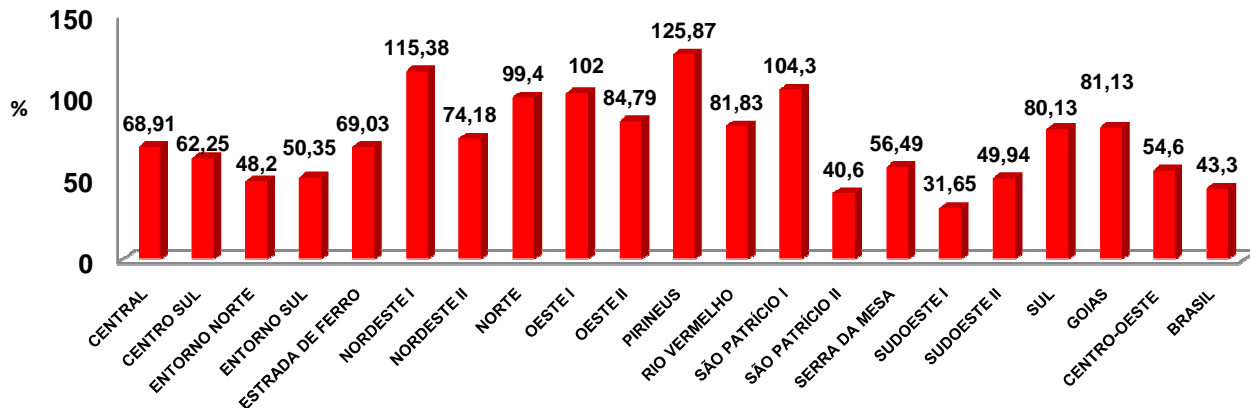
### Cobertura da distribuição de megadoses de Vitamina A para crianças de 6 - 11 meses, segundo regiões de saúde, Goiás, 2015.



### Cobertura da distribuição de PRIMEIRA dose no ano de Vitamina A para crianças de 12 - 59 meses, segundo regiões de saúde, Goiás, 2015.



## Cobertura da distribuição de SEGUNDA dose no ano de Vitamina A para crianças de 12 - 59 meses, segundo regiões de saúde, Goiás, 2015.



Diante dessas informações solicitamos que as equipes das regiões de saúde atuem junto aos seus municípios objetivando o fortalecimento das estratégias de qualificação dos profissionais, melhoria nas ações de gestão em especial quanto ao registro das cápsulas utilizadas no Sistema de Informação e a promoção de estratégias para evitar as perdas por prazo de validade e armazenagem inadequada.

No Estado de Goiás, um município referência no programa é Aparecida de Goiânia, a nutricionista e coordenadora municipal do programa, Amanda C. S. Faria atribui esse fato à existência de uma Coordenação de Vigilância Nutricional, às capacitações realizadas com os profissionais de saúde, à logística facilitada do programa e à realização da suplementação na rotina e nas campanhas de imunização.

Destaca-se aqui a importância da realização da suplementação das crianças de 6 a 59 meses em todo o Estado de Goiás, além de realizar também outras medidas preventivas da deficiência de vitamina A, como por exemplo promoção do aleitamento materno exclusivo até o 6º mês e complementar até os 2 anos de idade.

**Fonte: Ministério da Saúde, Relatório Público.**

**Para consultar o Relatório Público acesse:**

[http://dabsistemas.saude.gov.br/sistemas/vitaminaA/relatorio\\_publico/vita\\_relatorio.php](http://dabsistemas.saude.gov.br/sistemas/vitaminaA/relatorio_publico/vita_relatorio.php)

## Atuação do nutricionista nos Núcleos de Apoio à Saúde da Família (NASF)

O NASF é formado por profissionais de áreas distintas do conhecimento, os quais exercem suas funções de forma integrada e apoiando os profissionais que atuam nas equipes da Estratégia Saúde da Família (ESF). Esse suporte se dá por meio da partilha de conhecimentos na área da saúde com as equipes apoiadas, para dar auxílio na resolução de problemas de natureza clínica ou sanitária.

Dentre as atribuições do profissional nutricionista no NASF estão: realizar ações de promoção de práticas alimentares saudáveis nas fases do ciclo da vida em sua totalidade, responder pelas demandas que dizem respeito a distúrbios alimentares, desnutrição, obesidade e deficiências nutricionais, além de dar assistência aos pacientes com doenças crônicas não transmissíveis.

No âmbito do NASF as ações de Alimentação e Nutrição estão embasadas conforme as diretrizes da Política de Alimentação e Nutrição (PNAN) com ênfase na Organização da Atenção Nutricional, onde se faz necessária a participação de profissionais da alimentação e nutrição que tem como dever operacionalizar os demais profissionais para o avanço de ações integrais na área, respeitando as competências de cada um e na Promoção da Alimentação Adequada e Saudável (PAAS), um conjunto de estratégias que dão suporte aos indivíduos e coletividade para a realização práticas alimentares saudáveis dos pontos de vista biológico e sociocultural.

O profissional nutricionista deve atuar em conformidade com os demais profissionais do NASF e das ESF e com os setores que são responsáveis pela gestão das ações de alimentação e nutrição de cada município, afim de melhorar a atenção à saúde e sua resolubilidade.



**Fonte: Cadernos de Atenção Básica, caderno nº 39.**

**Avaliação da atuação do Nutricionista nos Núcleos de Apoio à Saúde da Família (NASF) do município de Picos/PI, Revista Saúde e Desenvolvimento, 2012. Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN).**

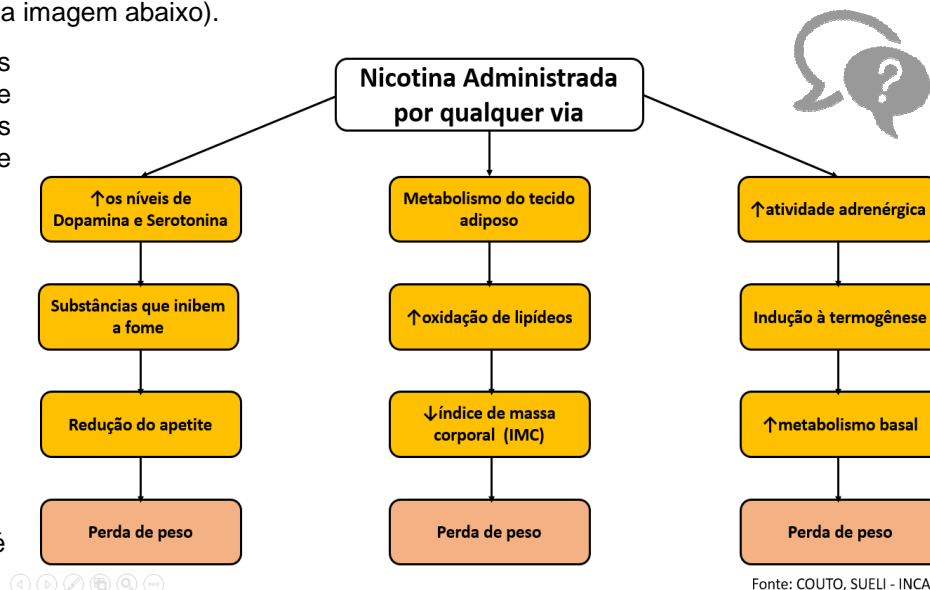


# Parar de fumar engorda?

Mesmo sabendo que fumar não é um hábito saudável, muitas pessoas não se sentem estimuladas a parar porque têm medo de engordar. Realmente as chances de ganhar peso após cessação são grandes, pois a Nicotina, principal ativo do cigarro, influencia diversas reações no organismo que contribuem para o ganho ponderal (confira na imagem abaixo).

Além dos fatores fisiológicos que corroboram para o ganho de peso, há também fatores psicológicos em ambientais que também influenciam, como:

- **Melhora do paladar e do olfato** – o sabor e cheiro dos alimentos se tornam ainda mais atraentes;
- **Gratificação oral** – ex-fumantes sentem falta da sensação de ter algo para fazer com a boca e com as mãos. Comer ou beliscar é semelhante a ação repetitiva de fumar;



Fonte: COUTO, SUELI - INCA

- **Utilizar o alimento do mesmo modo que se utilizava o cigarro ao lidar com o estresse**, escapar do tédio, da tensão, passar o tempo ou como ajuda na integração social.

Apesar de vários fatores complicadores, parar de fumar é imprescindível à saúde e longevidade, desta forma os ex-fumantes precisam ter consciência do que sentirão ao cessar o hábito e o que podem fazer para reverter esse quadro.

A alimentação adequada e saudável é uma das formas de evitar o ganho de peso e ao mesmo tempo ter qualidade de vida, elevar a autoestima e a disposição, além de prevenir diversas doenças. Para os ex-fumantes nossas dicas são:

1. Evitar o consumo de bebidas facilmente associadas ao vício do fumo (café e alcoólicas), além de substâncias excitantes que estimulam a vontade de fumar
2. Substituir doces por alimentos que trazem a mesma impressão e não engordam (frutas in natura, frutas secas, balas e chicletes sem adição de açúcar)
3. Fracionar a alimentação (comer mais vezes e em menor quantidade)
4. Substituir carboidratos (pães, cereais e massas) refinados por integrais, aumentando o aporte de fibras e prolongando a saciedade
5. Incluir no cardápio alimentos ricos em substâncias antioxidantes, que auxiliam no combate às substâncias presentes no cigarro, como frutas, hortaliças e castanhas

Nos primeiros dias pode parecer difícil, mas os bons hábitos nos recompensam da melhor forma possível:

com SAÚDE! Que tal começar hoje?



“Não importa quanto peso se ganhe, os efeitos do fumo são sempre piores.”

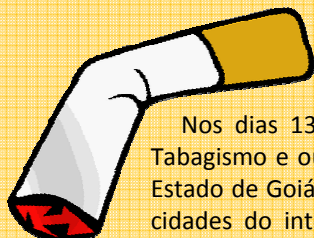
David F. Williamson, pesquisador CDC.

Fonte: [http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/inca/Sueli\\_Couto\\_Tabagismo\\_ganho\\_peso.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/inca/Sueli_Couto_Tabagismo_ganho_peso.pdf)



COORDENAÇÃO DE VIGILÂNCIA  
NUTRICIONAL - GO

# CVN em ação



## Participação da CVN na capacitação sobre a “Abordagem intensiva do fumante”

Nos dias 13 e 14 de abril de 2016, no Hotel Kananxué em Goiânia, a Coordenação de Controle do Tabagismo e outros fatores de risco para o câncer realizou uma capacitação para profissionais de saúde do Estado de Goiás sobre “Abordagem intensiva do fumante”. O curso contou com 75 participantes de diversas cidades do interior de Goiás e capital. O objetivo foi capacitar recursos humanos visando a abordagem intensiva ao fumante por meio da implantação e manutenção do Programa de Controle do Tabagismo.

Os principais temas abordados nos dois dias foram: o que é o Programa de Controle do tabagismo; bases para a abordagem do fumante; câncer; ambientes 100% livres de fumo; fatores dificultadores para cessação de fumar; aspectos do ganho ponderal após cessação de fumar; apoio medicamentoso do fumante; tratado internacional para o controle do tabaco e critérios para recebimento de medicamentos para o tratamento do tabagista.

O assunto “aspectos do ganho ponderal após cessação de fumar” foi exposto como preleção com participação dirigida intitulada “Parar de fumar engorda?” ministrada por Natália Magalhães Costa, da Coordenação de Vigilância Nutricional. A palestra elucidou os mecanismos da Nicotina sobre o peso corporal e quais as soluções para evitar/diminuir o ganho de peso pós cessação de fumar. Os integrantes foram participativos e demonstraram-se interessados e satisfeitos com o tema tratado e explicações.



### Links de interesse:

[http://www2.inca.gov.br/wps/wcm/connect/acoes\\_programas/site/home/nobrasil/programa-nacional-controle-tabagismo/tratamento-do-tabagismo](http://www2.inca.gov.br/wps/wcm/connect/acoes_programas/site/home/nobrasil/programa-nacional-controle-tabagismo/tratamento-do-tabagismo)

[http://www1.inca.gov.br/inca/Arquivos/tire\\_duvidas\\_pnct\\_2014.pdf](http://www1.inca.gov.br/inca/Arquivos/tire_duvidas_pnct_2014.pdf)

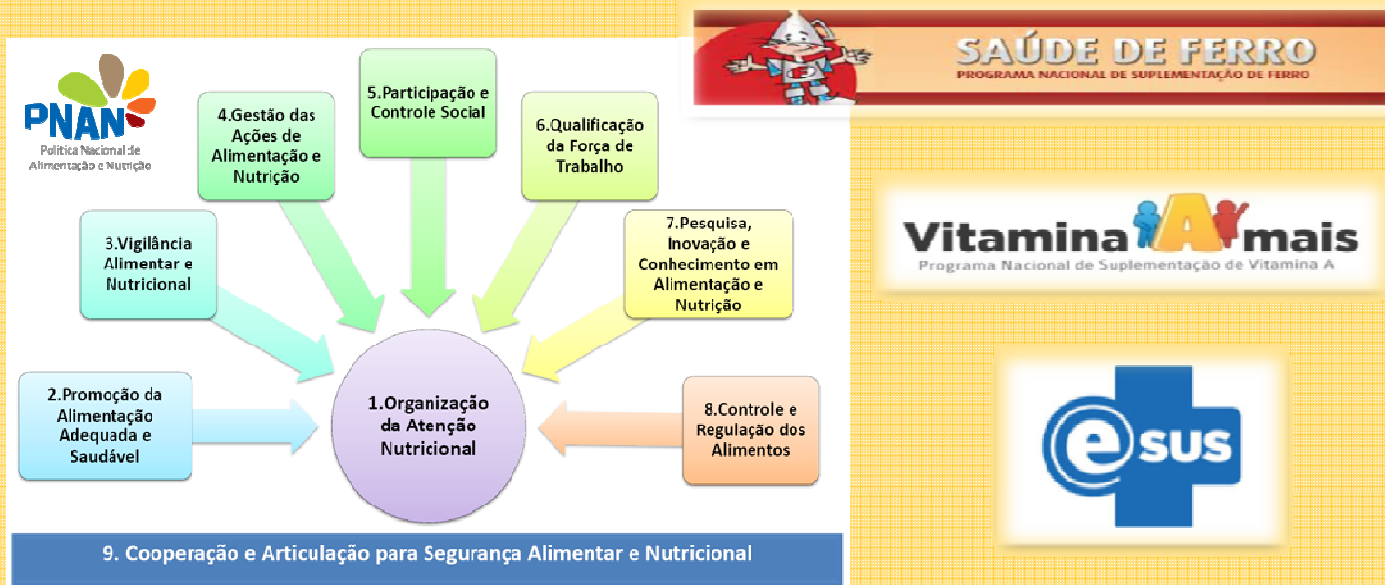
[http://dab.saude.gov.br/docs/eventos/2a\\_mostra/programa\\_nacional\\_controle\\_tabagismo.pdf](http://dab.saude.gov.br/docs/eventos/2a_mostra/programa_nacional_controle_tabagismo.pdf)



## Região de Saúde Oeste II: Reunião sobre as ações de alimentação e nutrição no SUS

A Coordenadora de Vigilância Nutricional Maria Janaína Cavalcante Nunes realizou no dia 03 de junho de 2016 a convite da equipe da Região de Saúde Oeste II uma reunião sobre as ações de alimentação e nutrição no SUS no município de São Luís de Montes Belos.

Os principais temas abordados foram: Política Nacional de Alimentação e Nutrição, Programas Nacionais de Suplementação de Ferro e Vitamina A, E-SUS e o monitoramento do estado nutricional da população atendida nas UBS e as Portarias do Ministério da Saúde para estímulo a elaboração de Linhas de prevenção e tratamento da Obesidade.



O evento contou com a participação dos profissionais de saúde dos municípios de Aurilândia, Cachoeira de Goiás, Córrego do Ouro, Firminópolis, Paraúna, Palmeiras de Goiás, São Luís de Montes Belos, Turvânia, totalizando 22 pessoas, sendo mais 3 técnicos na regional de Saúde Oeste II.

Foram colocadas as dificuldades e as facilidades encontradas para desenvolverem os programas nos municípios e compartilhada as experiências exitosas.





## Oficina de formação de Tutores da Estratégia Nacional Amamenta e Alimenta Brasil em Aparecida de Goiânia



A Oficina de Formação de tutores da Estratégia Nacional Amamenta e Alimenta Brasil (EAAB) objetivou sensibilizar e capacitar profissionais da Atenção Básica sobre a promoção do aleitamento materno e alimentação complementar saudável nos primeiros anos de vida, contemplando a formação de hábitos alimentares saudáveis desde a infância, com a introdução da alimentação complementar em tempo oportuno e de qualidade, respeitando a identidade cultural e alimentar das diversas regiões brasileiras.

A Oficina foi desenvolvida pela Secretaria Municipal de Saúde (SMS) de Aparecida de Goiânia em parceria com a Coordenação de Vigilância Nutricional - CVN/GVE/SUVISA/SES-GO na Escola de Saúde Pública da SMS Aparecida de Goiânia nos dias 27, 28 e 29 de abril de 2016 e contou com 33 participantes, sendo vinte e nove enfermeiros da Estratégia de Saúde da Família (ESF), dois enfermeiros da Maternidade Marlene Teixeira e duas nutricionistas, uma do Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF) e uma da CVN.

Os temas abordados foram o aleitamento materno, a alimentação complementar de crianças menores de dois anos, as diretrizes da EAAB e suas aplicações. Os conteúdos foram ministrados de maneira teórico-prática com metodologia ativa, onde os profissionais participavam das discussões ativamente ao invés de apenas assistirem aulas expositivas.

Eles também receberam material didático contendo manual de implementação da EAAB, álbum seriado, cartilhas, além de todo suporte necessário para aplicar os objetivos do programa nas Unidades Básicas de Saúde (UBS). Ao final das oficinas, os profissionais aplicaram os conteúdos ministrados para os colegas de suas UBS e foram avaliados quanto ao seu desempenho. Só receberam o título de Tutor da EAAB, aqueles que souberam transmitir o conteúdo de forma coesa e eficiente aos demais profissionais das UBS na prática vinculada ao curso e na Oficina das UBS obrigatórias para complementar a carga horária mínima da formação de tutores (32h).

Julgamos importante a capacitação de profissionais de saúde sobre a aplicação da EAAB, pois eles estão diretamente ligados à população local e conhecem a realidade da região que atuam e das pessoas que ali trabalham, desta forma conseguem atingir o público-alvo por meio dos atendimentos nas UBS, além de ações cotidianas, uma forma simples e eficiente de promoção da saúde e prevenção de doenças desde a primeira infância.

Saiba mais sobre o programa no portal eletrônico do Ministério pelo link: <http://dab.saude.gov.br/portaldab/amamenta.php>

### Links de Interesse:

<http://www.ibfan.org.br/>

<http://www.saude.gov.br/crianca>

[http://www.who.int/topics/infant\\_nutrition/en/](http://www.who.int/topics/infant_nutrition/en/)



### CRÉDITOS

Secretaria de Saúde de Estado de Goiás  
Superintendência de Vigilância em Saúde  
Gerência de Vigilância Epidemiológica  
Coordenação de Vigilância Nutricional

### AUTORIA

Natália Magalhães Costa  
Franciele Eduardo da Silva  
Larissa Mendonça Marques  
Maria Janaína Cavalcante Nunes  
Mariella de Almeida e Almeida Oliveira  
Crystiane Rodrigues Perigo de Souza  
Rosa Maria Martins Vieira

