



Secretaria Estadual da Saúde
Departamento de Atenção Primária e Políticas de Saúde

Relato de Práticas



Muçum: Reeducação alimentar - vida saudável.

A experiência realizada no município de Muçum foi enviada por Marieli Castoldi e Janaína Moras, enfermeiras de uma Equipe de Saúde da Família, e é desenvolvida de forma integrada por Agente Comunitário de Saúde, Educador(a) Físico(a), Téc em Enfermagem, Téc de saúde bucal e nutricionista.

O Grupo de Reeducação Alimentar “Vida Saudável” do município de Muçum/RS é uma parceria entre saúde e assistência social. Iniciou suas atividades no ano de 2013 após análise epidemiológica demonstrar um aumento na população com sobrepeso e obesidade, principalmente na população adulta. Sabemos que a obesidade é um fator de risco para demais doenças crônicas como hipertensão arterial e diabetes mellitus. Este grupo inicialmente foi destinado para adultos com sobrepeso, obesidade e disfunção metabólica, e com o passar do tempo, também para as pessoas que buscam uma melhor qualidade de vida e convívio social.



Fonte: arquivo enviado por Marieli Castoldi e Janaína Moras

Tem por objetivo melhorar a qualidade de vida através de uma reeducação alimentar e realização de atividade física. No ano de 2018 incorporamos a técnica da Auriculoterapia para os distúrbios alimentares associados à ansiedade e também para as dores crônicas.



Fonte: arquivo enviado por Marieli Castoldi e Janaína Moras

Este grupo acontece semanalmente no ginásio de esportes do município e os profissionais envolvidos são a nutricionista, técnica de enfermagem, agente comunitária de saúde, técnica em saúde bucal e educador físico.



Fonte: arquivo enviado por Marieli Castoldi e Janaína Moras

Confira alguns **cursos** para profissionais de saúde sobre planejamento em saúde, alimentação, PICS:

[Planejamento em Saúde](#)

[Introdução à Avaliação em Saúde \(Foco em Atenção Básica\)](#)

[Abordagem do Sobrepeso e Obesidade na Atenção Primária em Saúde](#)

[Promoção da Alimentação Adequada e Saudável na Atenção Básica - PAAS](#)

[Reconhecendo o sobrepeso e a obesidade no contexto da Atenção Primária à Saúde](#)

Leituras recomendadas:

[Educação em saúde](#)

[Práticas Integrativas e Complementares](#)

[Biblioteca Secretaria de Atenção Primária Ministério da Saúde](#)

Conheça outras experiências aqui:

<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/relatos-de-praticas-na-atencao-basica-do-rs>

Envie sua experiência para publicação Divisão de Atenção Primária à Saúde por meio do [formulário Relato de práticas na Atenção Básica - RS](#)



junho de 2022
Divisão de Atenção Primária à Saúde
Departamento de Atenção Primária e Políticas de Saúde
Secretaria Estadual da Saúde RS
atencaobasica.saude.rs.gov.br