

RELATÓRIO ANUAL
ANO DE REFERÊNCIA: 2016

DEPARTAMENTO DE DESENVOLVIMENTO DE PESSOAS

DIVISÃO DE QUALIDADE DE VIDA - NUTRIÇÃO

1. IDENTIFICAÇÃO

Coordenação: **DIVISÃO DE QUALIDADE DE VIDA – EDIANE CAROLINE CUNHA**

Servidora: **Luana Carolina de Medeiros Paiva Ribeiro – Nutricionista**

2. INTRODUÇÃO

Descrição sumária do setor e do conteúdo do relatório.

A Divisão de Qualidade de Vida da Universidade Federal do Amapá atua com a promoção e assistência a saúde dos servidores e seus dependentes. Estão lotados nesta divisão os servidores de cargo: médico, psicólogo e nutricionista.

São atribuições do profissional de nutrição: Prestar assistência nutricional a indivíduos e/ou coletividades (sadios ou enfermos); Identificar população-alvo; participar de diagnóstico interdisciplinar; realizar inquérito alimentar; coletar dados antropométricos; solicitar exames laboratoriais; interpretar indicadores nutricionais; calcular gasto energético; identificar necessidades nutricionais; realizar diagnóstico dietético-nutricional; estabelecer plano de cuidados nutricionais; realizar prescrição dietética; prescrever complementos e suplementos nutricionais; registrar evolução dietoterápica em prontuário; conferir adesão à orientação dietético-nutricional; orientar familiares; prover educação e orientação nutricional; elaborar plano alimentar em atividades físicas.

O presente relatório descreverá as atividades desenvolvidas pela **profissional de nutrição** nos meses de janeiro a dezembro de 2016.

3. AÇÕES REALIZADAS

Descrever de forma detalhada as ações que foram realizadas no período (atendimentos individuais, coletivos, palestras, reuniões)

Janeiro/2016

No mês de janeiro foi o primeiro mês de atuação da nutricionista na Unifap, anteriormente a Divisão estavam sem profissional na área por questão da servidora anterior gozar da licença maternidade.

Em janeiro em conjunto com a equipe da DQV foi realizada uma reunião com a chefia da DQV e o psicólogo, para programação das atividades a serem realizadas no mês de janeiro. A principal delas foi a pesquisa para diagnóstico da qualidade de vida dos servidores da Unifap. Tendo sido discutido em reunião que para programar e direcionar as ações da DQV necessitaria conhecer o perfil de saúde física e mental dos servidores.

Na semana de 18 a 22/01 foi realizada a pesquisa com a finalidade de identificar a condição de saúde e qualidade de vida dos servidores da Unifap, foi estabelecido uma amostra de 10% do número de servidores, e aplicado questionários proporcionalmente em todos os Campi – Marco Zero, Oiapoque, Mazagão e Santana.

Fevereiro/2016

Palestra de Nutrição - QUALIDADE DE VIDA E ALIMENTAÇÃO NO AMBIENTE ORGANIZACIONAL – dentro da programação de Acolhimento aos novos servidores, promovida pelo

3. AÇÕES REALIZADAS

Descrever de forma detalhada as ações que foram realizadas no período (atendimentos individuais, coletivos, palestras, reuniões)

Departamento de Desenvolvimento de Pessoas.

Março/2016

- 01/03 – participação na reunião de equipe DDP.
- 14 a 18/03 - Oficina de Planejamento Estratégico - com prof. Márcio e equipe PROGEP, participação durante toda a semana na Oficina de construção do Planejamento Estratégico da Progep.
- 28 a 31/03 – Semana da Saúde e Nutrição para os servidores da Unifap. A ação foi realizada para os servidores com: Medição de peso e altura; cálculo do IMC e do peso saudável (máximo e mínimo do IMC); orientações nutricionais; importância da manutenção do peso saudável para prevenção e controle da pressão alta; verificação da pressão arterial. A ação foi itinerante, ocorrendo em diversos setores da Universidade.

Abril/2016

Durante todo o mês foram realizados os atendimentos nutricionais individualizados com servidores (professores e técnico-administrativos) e seus dependentes.

- 04/04: Participação no Programa Compartilhando saúde emocional da Rádio Universitária. Junto com a equipe da DQV, psicólogo Revan e a chefe da DQV, o tema do programa foi a Qualidade de vida no trabalho, a equipe trouxe os dados da pesquisa diagnóstica realizada com os servidores da Unifap, informando os dados de saúde encontrados e comparando com os dados no Brasil; bem como, foi divulgada brevemente as ações do Programa Unifap 12 por 8.
- 14/04: Início das atividades da Larissa Rodrigues, estudante de Nutrição do IMMES, em estágio voluntário sob supervisão da Nutricionista/PROGEP.
- De 25/04 a 04/05: 1ª parcela férias da servidora.

Maio/2016

- 05/05: participação na reunião de equipe DDP, planejamento estratégico.
- 09/05: participação da Homenagem ao Dias das Mães promovido pela PROGEP/Unifap.
- 24 e 25/05: Participação no II Fórum Permanente de Boas Práticas na Administração Pública. Atualização diária/semanal da página da DQV no facebook.

Junho/2016

Como principal ação do mês de junho pode-se destacar o início do Programa de Rádio DICAS DA NUTRI, que começou a ser produzido e veiculado ao vivo nos dias de quarta-feira às 15h, com o intuito de informar o público interno e externo da Unifap sobre temas relacionados a Nutrição, alimentação e qualidade de vida.

- 13/06: reunião com a profª Francineide, Enfermagem, estabelecimento de parceira para o Programa de acompanhamento aos servidores portadores de doenças crônicas não-transmissíveis.
- 15/06: gravação do Piloto do Programa de rádio Dicas da Nutri.
- 23/06: SERPRO, certificação digital.
- 22 e 29/06: veiculação semanal do Programa de rádio Dicas da Nutri, às quartas-feiras às 15h. A realização de um programa de rádio com informações de nutrição e alimentação deve promover o autocuidado, pois este é um dos aspectos do viver saudável. Atualização diária/semanal da página da DQV no facebook.

3. AÇÕES REALIZADAS

Descrever de forma detalhada as ações que foram realizadas no período (atendimentos individuais, coletivos, palestras, reuniões)

Julho/2016

- 6, 13, 20 e 27/07: produção e veiculação do Programa de rádio Dicas da Nutri, às quartas-feiras às 15h, ao vivo.
- 26, 27 e 28/07: Oficina de Nutrição Infantil – ministrada pela nutricionista Luana Paiva Ribeiro, público alvo filhos dos servidores da Unifap.
- Fiscalização de contrato do Restaurante Universitário, como fiscal suplente houve a necessidade de acompanhar e fiscalizar os serviços de alimentação do RU na ausência da fiscal efetiva.
Atualização diária/semanal da página da DQV no facebook.

Agosto/2016

- 3, 10, 17/08: produção e veiculação do Programa de rádio Dicas da Nutri, às quartas-feiras às 15h, ao vivo.
- Férias 2ª parcela: 22 a 31/08.
- Semana mundial da Amamentação: participação como ouvinte da programação promovida pela Secretaria de Saúde do Estado do AP; promoção do programa Dicas da Nutri sobre Amamentação, com ênfase ao tema da Semana Mundial 'Presente saudável, futuro sustentável'.
Atualização diária/semanal da página da DQV no Facebook.

Setembro/2016

- 14, 21, 28/09: produção e veiculação do Programa de rádio Dicas da Nutri, às quartas-feiras às 15h, ao vivo.
- 28/09: Dia mundial do Coração – Saúde Itinerante
- 06/09: início do piloto do Projeto Menos 5, que tem como propósito auxiliar servidores e dependentes no processo de emagrecimento efetivo.
- 8, 16, 23 e 28/09: Datas de medição do Projeto Menos 5.
Atualização diária/semanal da página da DQV no Facebook.

Outubro/2016

- 5, 19, 26/10: produção e veiculação do Programa de rádio Dicas da Nutri, às quartas-feiras às 15h, ao vivo.
- 04/10: Reunião de início do Projeto Menos 5
- 7, 14, 27: Datas de medição do Projeto Menos 5.
- 20/10 – Ação alusiva ao OUTUBRO ROSA – Palestra: Mulheres modernas e vida saudável com a nutricionista Aryane Damasceno.
Atualização diária/semanal da página da DQV no Facebook.

Novembro/2016

- 9, 16, 23/11: produção e veiculação do Programa de rádio Dicas da Nutri, todas às quartas-feiras às 15h, ao vivo. No dia 16/11, o programa tratou Diabetes - alusivo ao Dia mundial do Diabetes, e no dia 23/11, o tema foi a Nutrição do Homem, com referência ao "Novembro azul".
- 11/11: Data de medição do Projeto Menos 5.
- Férias 21 a 30/11
Atualização diária/semanal da página da DQV no Facebook.

3. AÇÕES REALIZADAS

Descrever de forma detalhada as ações que foram realizadas no período (atendimentos individuais, coletivos, palestras, reuniões)

Dezembro/2016

- 7 e 14/12: produção e veiculação do Programa de rádio Dicas da Nutri, às quartas-feiras às 15h, ao vivo.
- Reunião de finalização do projeto menos 5 no ano de 2016 – reunião para avaliação do projeto e programação para 2017.
- 02/12: Data de medição do Projeto Menos 5.
Atualização diária/semanal da página da DQV no Facebook.

Atividade durante todo o ano: foram realizados os atendimentos nutricionais individualizados com servidores (professores e técnico-administrativos) e seus dependentes.

4. PARCERIAS

Nominar e indicar a função dos parceiros nas ações desenvolvidas no período.

Coordenação do curso de graduação em Enfermagem.

- Pesquisa diagnóstica de qualidade de vida com os servidores da Unifap (janeiro/2016):
Coordenação do curso de graduação em Enfermagem e Programa de Educação Tutorial/PET Enfermagem, encaminhamento de acadêmicos de Enfermagem que ajudaram na aplicação dos questionários e verificaram a pressão arterial dos servidores.
- Semana da Saúde e Nutrição da Unifap (março/2016):
Parceria com as Instituições de ensino IMMES e Estácio que forneceram acadêmicos do curso de Nutrição, e a coordenação de Enfermagem da Unifap, acadêmicos do Programa de Educação Tutorial/PET.

5. QUANTITATIVO DOS ATENDIMENTOS E DAS AÇÕES DESENVOLVIDAS

Atendimentos nutricionais individualizados								
Novos atendimentos								
Ano 2016	Total de atendimentos	Professor	Técnico-administrativo	Dependente	Retorno	Acadêmico	Não comparecimento	Observações
janeiro	20	9	8	3	0	0	5	Início das atividades da Nutricionista
fevereiro	19	3	6	4	5	1	12	
março	15	3	5	3	4	0	9	
abril	20	5	7	4	4	0	8	Férias 25/04 a 4/05
maio	23	4	7	6	5	1	6	
junho	24	2	6	8	8	0	2	Dicas da Nutri - início 22/06
julho	16	2	5	5	4	0	6	
agosto	9	2	1	3	3	0	5	Férias 22 a 31/08
setembro	21	2	2	9	8	0	4	Piloto Proj. Menos 5 (PROGEP/PROAD)
outubro	9	3	3	2	1	0	6	Início do Projeto Menos 5
novembro	13	3	4	2	3	1	6	Férias 21 a 30/11
dezembro	7	2	4	1	0	1	11	Encerramento 1ª etapa do Projeto Menos 5
TOTAL	197	40	58	50	45	4	80	Outros: Discentes.
Diagnóstico de qualidade de vida dos servidores – número de servidores participantes – Janeiro/2016						130 servidores		
Semana de Saúde e Nutrição para os servidores da Unifap – Campus Marco Zero						234 servidores atendidos – Março/2016 70% de técnico-administrativos		
Programa Dicas da Nutri						20 programas veiculados		
Oficina de Nutrição Infantil						Julho de 2016 - 3 dias de duração, 15 participantes concluintes.		

5. QUANTITATIVO DOS ATENDIMENTOS E DAS AÇÕES DESENVOLVIDAS

<p>Palestra Outubro Rosa Mulheres modernas e vida saudável: Como conciliar</p>	<p>Outubro de 2016, 21 participantes</p>
<p>Oficina: “Correndo contra o tempo: é possível conciliar alimentação saudável com a rotina diária”</p>	<p>Outubro de 2016 – Docentes e técnicos administrativos, 8 participantes</p>
<p>Projeto Menos 5</p>	<p>75 participantes/ 5 dias de medição (aferição das medidas corporais)/ 4 reuniões de grupo com palestras nos temas da Nutrição, psicologia e educação física.</p>

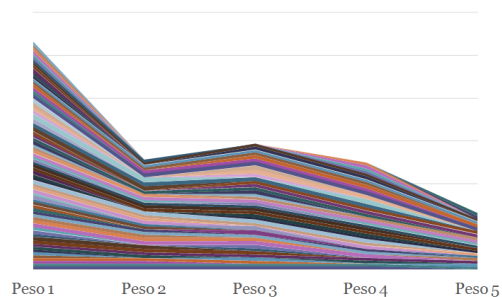
6. RESULTADO DAS AÇÕES

6.1 Resultados Projeto Menos 5

Resultados 1ª Temporada



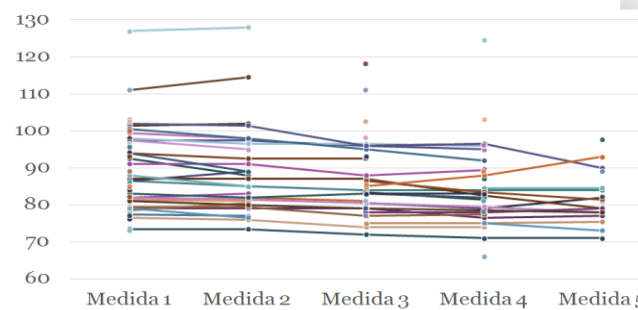
Monitoramento do Peso



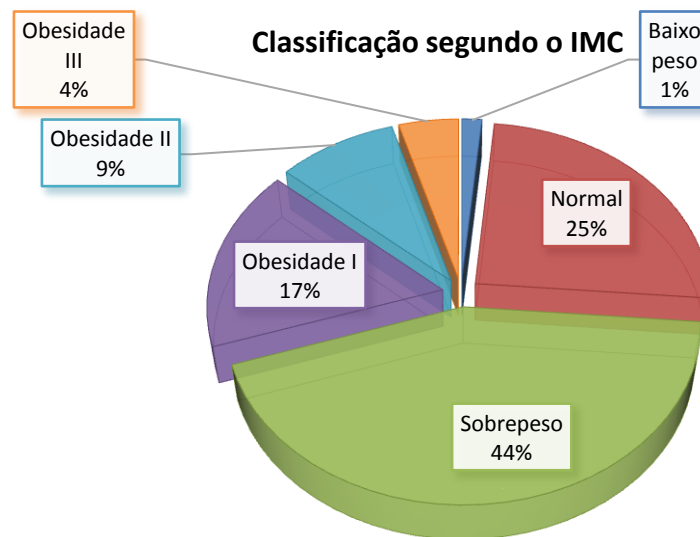
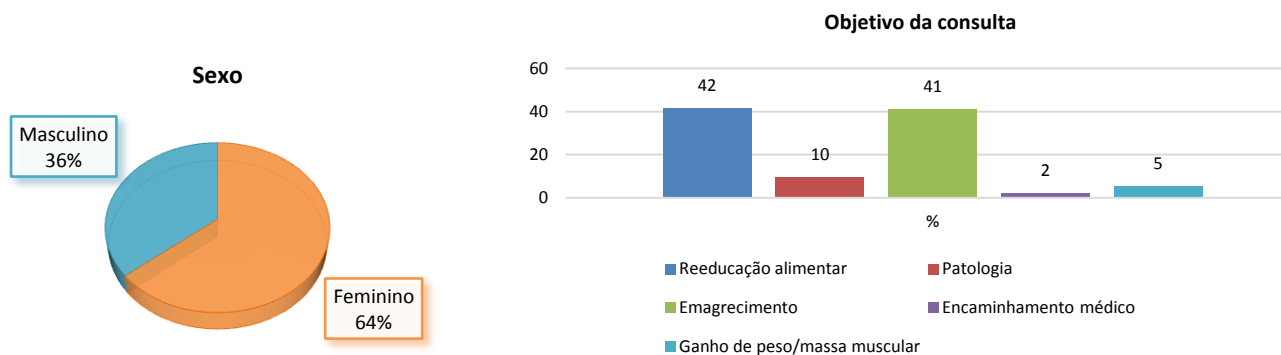
Resultados 1ª Temporada

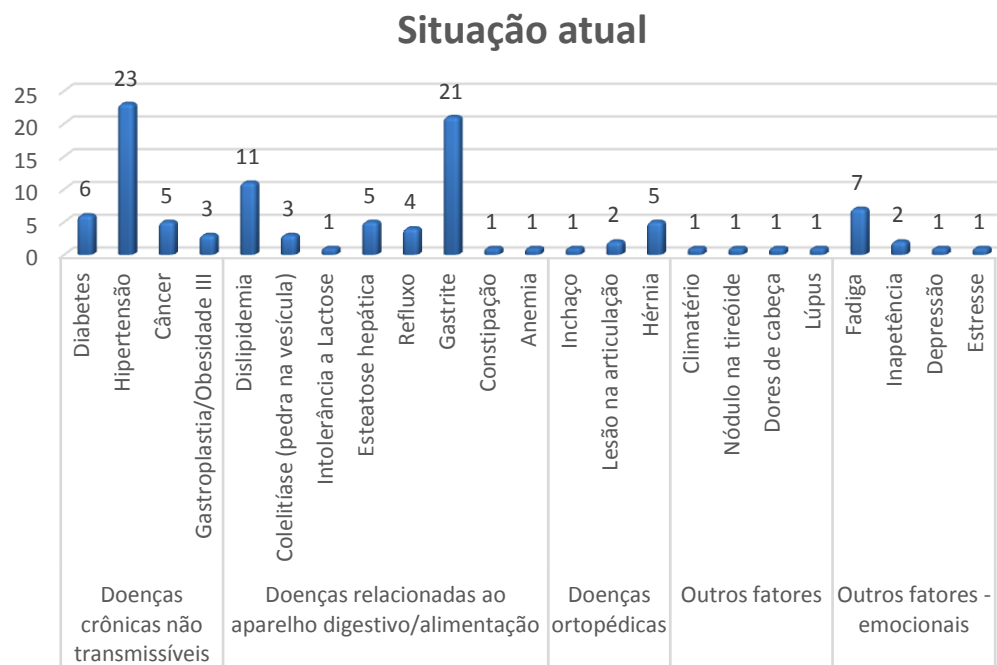


Circunferência da Cintura



5.2 Análise dos Atendimentos nutricionais individuais





Os atendimentos nutricionais individuais apresentaram em sua maioria realizados para o público feminino, 64%, em seguida foram mais atendidos os Técnicos-administrativos e dependentes dos servidores. Neste ano foram registrados o número de atendimentos que foram marcados, mas não houve o comparecimento, 80 pessoas, o que é preciso observar e pensar em uma estratégia para melhorar essa taxa de faltosos, que poderia ser com uma ligação no dia anterior informando do atendimento ou a entrega de uma anotação com o dia e horário marcado, lembrando que atualmente a marcação é feita na agenda virtual e a comunicação com dia e horário é encaminhada para o email da pessoa que será atendida.

Dentre os dados de atendimentos, o objetivo da consulta em sua maioria são 42% Reeducação alimentar e 41% Emagrecimento, esses dados são importantes para reforçar a necessidade de ações de Educação alimentar como a Oficina de Nutrição Infantil, Oficina de planejamento de cardápio e palestras que foram ministradas ao longo do ano de 2016, e especialmente reforça o valor do projeto Menos 5 no foco do emagrecimento saudável.

Com relação aos indicadores antropométricos, segundo o Índice de Massa Muscular, os indivíduos atendidos pelo serviço de nutrição estão em sua maioria com peso inadequado para sua altura, no qual prevaleceram sobrepeso (44%) e obesidade I, II e III (30%), o que reforça mais uma vez a importância de ações voltadas ao emagrecimento e melhoria dos hábitos alimentares.

Referente aos problemas de saúde foi encontrado prioritariamente casos de hipertensão e gastrite, (respectivamente 23 e 21 casos), importante resaltar os casos referidos pelos pacientes de dislipidemias, que são as alterações dos perfis lipídicos (colesterol, triglicérides) 11 casos. As demais referências a problemas de saúde como Fadiga, Esteatose hepática, Diabetes, Câncer, Hérnia, entre outros demonstram a variedade de situações atendida em consultório e a importância da atualização e capacitação do profissional de nutrição para o atendimento desta clientela.

Por fim, destaca-se a importância do nutricionista na composição da equipe de Divisão de Qualidade de Vida para o desenvolvimento de ações de promoção a saúde, pois é sabido que alimentação saudável é um dos alicerces para melhorar a qualidade de vida dos indivíduos, juntamente com a prática de atividade física e a saúde emocional. Assim, o planejamento das ações de 2017 da Nutrição será centrado nos aspectos descritos acima, enfatizando a importância ao emagrecimento saudável, controle da hipertensão arterial e educação nutricional e alimentar voltada para melhoria dos hábitos alimentares.

Macapá/AP, 21 de dezembro de 2016.

Luana Carolina de Medeiros Paiva Ribeiro
Nutricionista – CRN7 7745